

Перспективное десятидневное меню  
 МБДОУ «Детский сад №14 «Бералла» г.Гудермес Гудермесского муниципального района

	Завтрак	Обед	Уплотненный полдник
1-й день	1. Суп рисовый молочный 2. Чай с молоком 3. Хлеб с сыром	1. Суп фасолевый с овощами 2. Ежики сметано-томатном соусе с макаронами 3. Салат из свежих овощей 4. Хлеб пшеничный 5. Компот кураги	1. Каша пшеничная на молоке 2. Чай с лимоном 3. Хлеб пшеничный 4. Сок натуральный
2-й день	1. Каша манная 2. Какао с молоком 3. Хлеб с маслом и сыром	1. Огурец (свежий или маринованный) 2. Борщ со сметаной 3. Плов с мясом 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной	1. Макароны с маслом 2. Сладкий чай 3. Хлеб пшеничный 4. Булочка сдобная
3-й день	1. Каша пшеничная 2. Какао с молоком 3. Хлеб с маслом 4. Яйцо	1. Салат овощной 2. Рассольник 3. Тушенное мясо 4. Картошка 5. Компот из яблок 6. Хлеб ржаной	1. Каша гречневая на молоке 2. Чай сладкий с лимоном 3. Хлеб пшеничный 4. Печенье
4-й день	1. Каша манная на молоке 2. Какао с молоком 3. Хлеб с маслом	1. Салат из капусты 2. Суп гороховый 3. Тефтели с подливой 4. Картофельное пюре 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Ленивые вареники 2. Чай с молоком 3. Хлеб пшеничный 4. Яблоко
5-й день	1. Каша гречневая молочная 2. Чай с молоком 3. Хлеб с маслом	1. Кукуруза сладкая 2. Рассольник со сметаной (с рисом) 3. Овощное рагу с курицей 4. Кисель 5. Хлеб ржаной	1. Кукурузная каша на молоке с творогом 2. Хлеб пшеничный 3. Чай 4. Йогурт
6-й день	1. Макароны с сыром 2. Хлеб с маслом 3. Чай с молоком	1. Салат овощной 2. Суп фасолевый с овощами 3. Ленивые голубцы 4. Хлеб ржаной 5. Компот из сухофруктов	1. Каша «Дружба» 2. Какао с молоком 3. Хлеб пшеничный 4. Вафли
7-й день	1. Каша манная 2. Какао с молоком 3. Хлеб с сыром	1. Огурец (свежий или маринованный) 2. Борщ украинский со сметаной 3. Плов с мясом 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной	1. Каша кукурузная 2. Чай с лимоном 3. Хлеб 4. Яблоко
8-й день	1. Каша пшеничная 2. Хлеб с маслом 3. Какао с молоком 4. Яйцо	1. Салат морковный 2. Рассольник 3. Тушеная рыба 4. Гречка рассыпчатая 5. Хлеб ржаной 6. Сок	1. Молочная вермишель 2. Чай сладкий 3. Хлеб пшеничный 4. Печенье
9-й день	1. Каша пшеничная 2. Хлеб с маслом и сыром 3. Чай сладкий с лимоном	1. Огурец (свежий маринованный) 2. Овощное рагу с мясом 3. Суп свекольный со сметаной 4. Хлеб ржаной 5. Компот из яблок	1. Суп рисовый, молочный 2. Какао с молоком 3. Хлеб пшеничный 4. Булочка сдобная
10-й день	1. Молочная вермишель 2. Хлеб с маслом 3. Какао с молоком	1. Салат свекольный 2. Суп гороховый 3. Котлета мясная 4. Картофельное пюре 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Каша гречневая 2. Чай с молоком 3. Хлеб пшеничный 4. Вафли