

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ –д/с «Теремок»

Кульбака С.М.

Перспективное меню диетическое на осенний-зимний период

МБДОУ – детский сад комбинированного вида «Теремок» на 2024-25 г

дни	завтрак	2-й завтрак	обед	полдник
1 день	Каша гречневая с сахаром	Сок	Щи на мясном бульоне	Каша рисовая с сахаром
	Батон	Фрукты	Картофельная запеканка с мясом	Чай с сахаром
	Чай с сахаром		Огурцы консервированные(свежие) Хлеб Кисель из сухофруктов(фруктов)	
2 день	Каша пшённая с сахаром	Сок	Суп с рисовый на к/б	Яйцо варёное
	Батон	Фрукты	Жаркое по-домашнему с мясом	Каша гречневая
	Чай с сахаром		Морковная икра Хлеб Компот из сухофруктов (фрукт.)	Чай с сахаром
3 день	Каша гречневая с сахаром	Сок	Суп с овощной на к/б	Тефтели рыбные
	Батон	Фрукты	Рисовый плов с мясом	Картофельное пюре
	Чай с сахаром		Салат из свежей капусты Хлеб Кисель из сухофруктов(фруктов)	Хлеб Чай с сахаром
4 день	Каша рисовая с сахаром	Сок	Суп крестьянский пшённый на к/б	Морковная икра
	Батон	Фрукты	Мясные ёжики	Каша гречневая
	Чай с сахаром		Капуста тушёная Хлеб Компот из сухофруктов (фрукт.)	Чай с сахаром
5 день	Каша пшённая с сахаром	Сок	Суп гречневый на к/б	Каша рисовая
	Батон	Фрукты	Печень тушёная (сердце)	Капуста тушёная
	Чай с сахаром		Картофельное пюре Салат из свежей капусты Хлеб Компот из сухофруктов (фрукт.)	Чай с сахаром
6 день	Каша рисовая с сахаром		Суп картофельный на м/б	Каша пшённая
	Батон	Сок	Ленивые голубцы с мясом	Капуста тушёная
	Чай с сахаром	Фрукты	Хлеб Кисель из сухофруктов(фруктов)	Чай с сахаром
7 день	Каша гречневая с сахаром	Сок	Суп пшённый рыбный на рыбном б/н	Яйцо варёное
	Батон	Фрукты	Овощное рагу с мясом	Каша рисовая
	Чай с сахаром		Хлеб Компот из сухофруктов (фрукт.)	Чай с сахаром
8 день	Каша рисовая с сахаром	Сок	Суп пшённый рыбный на рыбном б/н	Биточки рыбные
	Батон	Фрукты	Котлета куриная	Картофельное пюре
	Чай с сахаром		Капуста тушёная Хлеб Кисель из сухофруктов(фруктов)	Хлеб Чай с сахаром
9 день	Каша пшённая с сахаром	Сок	Суп с гороховый на к/б	Морковная икра
	Батон	Фрукты	Мясо тушёное Каша рисовая	Каша гречневая
	Чай с сахаром		Салат из свежей капусты Хлеб Компот из сухофруктов (фрукт.)	Чай с сахаром
10 день	Каша рисовая с сахаром	Сок	Суп овощной на к/б	Каша пшённая
	Батон	Фрукты	Сердце тушёное(печень) Каша	Капуста тушёная
	Чай с сахаром		гречневая Салат из свежей капусты Хлеб Компот из сухофруктов (фрукт.)	Чай с сахаром