

Муниципальное дошкольное общеобразовательное учреждение
Детский сад № 21 «Ласточка»

« Утверждаю»

Заведующая  С.В Тихонова

«25» декабря 2020г

Двухнедельное меню

для детей с пребыванием в дошкольной организации при 12 часовом рабочем дне
возрастная категория от 1 -3 лет и 3- 7 лет

1 неделя				
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Каша гречневая Кофейный напиток Печенье	Каша пшѐнная Какао Хлеб с маслом Сыр	Каша геркулес Кофейный напиток Хлеб с маслом Яйцо	Каша кукурузная Кофейный напиток Хлеб с маслом	Каша манка Чай с молоком Хлеб с маслом Сыр
2-ЗАВТРАК	2-ЗАВТРАК	2-ЗАВТРАК	2-ЗАВТРАК	2-ЗАВТРАК
Сок	Фрукт	Фрукт	Фрукт	Сок
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Суп с яйцом «Ёжики» мясные Компот с/ф Хлеб ржаной	Овощи Борщ со смет. Тефтели рыбные Картофельное пюре Напит. апельсин. Хлеб ржаной	Овощи Рассольник «Ленинградский» Оладьи из печени с морковью Макароны отвар. Компот с/ф Хлеб ржаной	Овощи Суп из макаронных изделий Котлета куриная Капуста туш. Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	Суп картофельный Рыба отварная Рис отварной Компот с/ф. Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Обереженка	Молоко	Кисель	Молоко	Лимонный напиток
УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН
Картофель в молоке Чай с сахаром Сдоба обыкновенная	Запеканка из творога Сгущѐнка Чай	Котлета овощная Чай сахаром Хлеб пшеничный	Картофель и овощи тушеные в сметанном соусе Чай с сахаром Ватрушка с творог.	Рагу овощное с мясом Чай с сахаром Хлеб пшеничный
2 НЕДЕЛЯ				
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Каша рисовая Кофейный напиток Печенье	Вермишель молочная Какао Хлеб с маслом	Омлет Кофейный напиток Хлеб с маслом Сыр	Каша ячневая Кофейный напиток Хлеб с маслом	Каша «дружба» Чай с молоком Хлеб с маслом Сыр
2-завтрак	2-завтрак	2-завтрак	2-завтрак	2-завтрак
Сок	Фрукт	Фрукт	Сок	Фрукт
обед	обед	обед	обед	обед
Рассол. Домашний Котлета рыбная Картофельное пюре Компот с/ф Хлеб ржаной	Огурец свеж Суп гороховый Тефтели из говядины Рагу овощное. Напиток апельсин. Хлеб ржаной	Помидор свежий Щи со сметаной Жаркое по-домашнему Компот с/ф Хлеб ржаной	Свекольник со смет. Плов с курой Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	Суп рыбный Котлета говяжья Картофельное пюре розовое Компот с/ф Хлеб ржаной
полдник	полдник	Полдник	полдник	полдник
Обереженка	Молоко	Кисель	Молоко	Лимон. Напиток
ужин	ужин	ужин	ужин	ужин
Оладьи с повидлом Чай с сахаром Сдоба обыкновенная	Сырники из творога Со сгущенкой Чай	Каша пшеничная Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Макароны с мясом (ясли); с сосиской (сад). Чай сахаром Пирог с картошкой	Ленивые голубцы Чай с сахаром Хлеб пшеничный

