

**СОГЛАСОВАНО**

советом по питанию МБДОУ  
«Детский сад №8 «Сказка»  
г. Аргун»  
(протокол от 09.01.23 № 1.)

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад №8 «Сказка»  
г. Аргун»  
Хамидова Т. С.  
2023

**Меню перспективное (десятидневное) для детей от 1,5 до 3л., от 3 до 7 л. с 12 часовым пребыванием**

дата	01.08.2023	02.08.2023	03.08.2023	04.08.2023	07.08.2023
Уплотнен ный завтрак	1 день 1. Каша молочная пшеничная с маслом-180/200г. 2. Бутерброд с маслом и джемом -30/5/5г. 3. Какао-150/180г. 4. Яблоко -100г.	2 день 1. Каша молочная манная с маслом-150/200г. 2. Бутерброд с маслом-30/5 3. Чай сладкий-150/200г. 4. Сок-150/190г.	3 день 1. Каша молочная кукурузная с маслом-150/200г. 2. Бутерброд с маслом и джемом -30/5/5г. 3. Какао 200 4. Банан	4 день 1. Каша рисовая -150/200г. 2. Бутерброд с маслом-30/5 3. Какао-150/180г. 4. Вафли -50г.	5 день 1. Каша молочная манная с маслом-150/200г. 2. Бутерброд с маслом-30/5 3. Чай сладкий-150/200г. 4. Яблоко-100г
Обед	1. Салат «Винегрет»-40/60г. 2. Суп гороховый -170/200 3. Курица в томатном соусе-60/70г. 4. Гарнир гречка-120/150г. 5. Хлеб пшеничный -40/50г. 6. Кисель-160/200г	1. Салат из капусты -40/60г. 2. Суп-харчо-150/200г. 3. Мясной гуляш 30/30г. 4. Гарнир макароны-120/150гр. 5. Хлеб пшеничный -40/50г. 6. Компот-150/200г.	1. Салат морковный -40/60г. 2. Суп фасолевый-170/200г. 3. Плов мясной-160/200г 4. Хлеб-40/50г. 5. Кисель-160/200г.	1. Салат из зеленого гор-40/60 1. Борщ-150/200г. 3. Катлеты мясные-70 4. гарнир пшеничная каша130/150 3. Хлеб-40/50г. 4. Сок натуральный 150/200г.	1. Салат из свеж. пом. и огур.-. 2. Рассольник -180/200г. 3. Курица в томатном соусе-60/70г. 4. Гарнир каша гречневая-120/150г. 5. Хлеб-40/50г. 6. Кисель-160/200г.
полдник	1. Вафли-50 г	2. Яйцо отварное-1шт	1. Йогурт-100	1. Булочка-70г	1. Яйцо отварное-1шт
Ужин	1. Суп молочный гречневый 150/200г 2. Чай с сахаром -150/200г. 3. Хлеб пшеничный -40	1. Каша гречневая молочная-150/200г. 2. Хлеб-40г. 3. Какао-150/200	1. Суп молочный вермишелевый 150/200г. 2. Хлеб-40г. 4. Чай сладкий-150/200г.	1. Суп молочный (ячневой) крупный 150/200г. 2. Хлеб-40г. 4. Чай сладкий-150/200г	1. Ризотто с кукурузой-120/200г. 2. Хлеб-40г. 3. Какао-180/200г.

дата	08.08.2023	09.08.2023	10.08.2023	11.08.2023	14.08.2023
	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Уплотненные завтраки	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Суп молочный вермишелевый-150/ 200г.</li> <li>2.Бутерброд с маслом- 30/5г.</li> <li>3.Чай сладкий- 150/200г.</li> <li>4.Яблоко -100г.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Каша молочная пшеничная с маслом-170/ 200г.</li> <li>2.Бутерброд с маслом и джемом -30/5/5г.</li> <li>3.Какао-150/180г.</li> <li>4.Яйцо отварное-50гр</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Суп молочный рисовый-150/200г.</li> <li>2.Бутерброд с маслом-30/5г.</li> <li>3.Чай сладкий- 150/200г.</li> <li>4. Банан 100г</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Каша молочная манная с маслом -150/200г.</li> <li>2.Бутерброд с маслом- 30/6.</li> <li>3.Какао- 150/180г.</li> <li>4.Печенье-50гр</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Каша молочная овсяная с маслом-170/200г.</li> <li>2.Бутерброд с маслом и джемом -30/5/5г.</li> <li>3.Чай с молоком-150/200г.</li> <li>4.Яблоко -100г.</li> </ul>
Обед	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Салат из свеклы-45/60г.</li> <li>2.Щи из свежей капусты-150/200г.</li> <li>3.Мясной гуляш-60/90г.</li> <li>4.Гарнир пшеничная каша-130/150г.</li> <li>5.Хлеб-40/50г.</li> <li>6.Компот-150/200г</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Салат из капусты-40/60г.</li> <li>2. Суп-лапша домашняя-150/200г.</li> <li>3.Жаркое по-домашнему с курицей-180/200г.</li> <li>4.Хлеб-40/50г.</li> <li>5.Сок натуральный-150/200г.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Салат из моркови -40/50г.</li> <li>2. Суп фасолевого -170/200г.</li> <li>3.Мясной гуляш-60/90г.</li> <li>4.Гарнир макаронны-120/150г.</li> <li>5.Хлеб-40/50г.</li> <li>6.Кисель-160/200г.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Салат из капусты-40/60г.</li> <li>2.Суп гороховый-170/200г.</li> <li>3.Рыба- 60г.</li> <li>4. Пюре картофельное-120/150г.</li> <li>5.Хлеб-50г.</li> <li>5.Сок натуральный-150/200г.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Салат «Винегрет» -40/60г.</li> <li>2. Суп харчо-150/200г.</li> <li>3.Мясной гуляш-60/90г.</li> <li>4.Гарнир макаронны-120/150г.</li> <li>5.Хлеб-40/50г.</li> <li>6.Компот-150/200г.</li> </ul>
Полдник	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Вафли шоколадные-50 г</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Яблоко-100г</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Йогурт-100г</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Булочка-70 г</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Яйцо отварное-1шт.</li> </ul>
Ужин	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Каша гречневая молочная-200.</li> <li>2.Хлеб-40г.</li> <li>3. Какао-150/200г</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1Плов с изюмом-150/200г.</li> <li>2.Хлеб-40.</li> <li>3.Чай сладкий-150/200г.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Каша молочная кукурузная с маслом-150/200г.</li> <li>2..Хлеб-40г.</li> <li>3.Какао-180/200г.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Ризотто с кукурузой -150/200г.</li> <li>2.Хлеб-40г.</li> <li>3.Чай сладкий-150/200г</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.Суп молочный гречневый-150/200г.</li> <li>2.Хлеб-40г.</li> <li>3.Какао-150/200г.</li> </ul>