**Основное десятидневное меню МДОУ № 39**

**1 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **Завтрак** | Каша овсяная молочная с маслом  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Сыр  Кофейный напиток с молоком | Каша рисовая молочная с маслом  Яйцо отварное  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Какао с молоком | Каша пшенная молочная с маслом  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Сыр  Кофейный напиток с молоком | Каша манная молочная с маслом  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Сыр  Какао с молоком | Каша манная молочная с маслом  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Кофейный напиток с молоком |
| **2-й завтрак** | Витаминный напиток из свежей облепихи | Витаминный напиток из свежей облепихи | Витаминный напиток из свежей облепихи | Витаминный напиток из свежей облепихи | Витаминный напиток из свежей облепихи |
| **Обед** | Салат из моркови  Суп гороховый с мясом птицы  Гуляш мясной  Греча отварная с маслом  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов | Рассольник с мясом и со сметаной  Котлета мясная  Сложный гарнир (картофельное пюре+тушеная капуста)  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов | Суп вермишелевый с курицей  Ленивые голубцы в томатном соусе  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов | Салат из свежей капусты и кукурузы  Суп картофельный с мясом и фасолью  Курица отварная с овощами  Макароны с маслом  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов | Щи с мясом и сметаной  Котлета мясная  Картофельное пюре  Соленый помидор  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов |
| **Полдник** | Слойка  Молоко | Печенье  Молоко  Фрукт (банан/яблоко/мандарин) | Вафли  Молоко | Хлеб пшеничный с фруктовым повидлом  Молоко  Фрукт (банан/яблоко/мандарин) | Песочный коржик  Молоко |
| **Ужин** | Салат из свеклы и зеленого горшка  Котлета рыбная  Картофельное пюре  Хлеб пшеничный  Чай сладкий | Творожная запеканка со сгущенкой  Хлеб пшеничный  Чай | Салат из свежей моркови  Омлет  Хлеб пшеничный  Кисель со свежими ягодами | Винегрет  Суфле рыбное  Хлеб пшеничный  Чай  Конфета | Салат свекольный  Печень по-строгановски  Рис отварной  Хлеб пшеничный  Чай с лимоном |

**2 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **Завтрак** | Каша пшенная молочная с маслом  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Сыр  Кофейный напиток с молоком | Каша гречневая молочная с маслом  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Сыр  Какао с молоком | Каша геркулесовая молочная с маслом  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Сыр  Кофейный напиток с молоком | Творожный пудинг  с соусом из свежих ягод  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Какао с молоком | Запеканка творожная со сметанным соусом  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Кофейный напиток с молоком |
| **2-й завтрак** | Витаминный напиток из шиповника | Витаминный напиток из шиповника | Витаминный напиток из шиповника | Витаминный напиток из шиповника | Витаминный напиток из шиповника |
| **Обед** | Салат из капусты и кукурузы  Суп рыбный  Гуляш мясной  Макароны с маслом  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов | Свекольник с мясом и со сметаной  Овощное рагу с мясом  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов | Салат из свежей моркови  Суп «Крестьянский» с мясом и со сметаной  Котлета куриная  Пюре картофельное  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов | Суп картофельный на мясокостном бульоне со сметаной  Тефтели мясные в сметанном соусе  Капуста тушеная  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов | Свекольник с мясом и сметаной  Макароны отварные с маслом сливочным  Гуляш мясной  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов |
| **Полдник** | Пряник  Молоко | Пирог с повидлом  Молоко  Фрукт (банан/яблоко/мандарин) | Печенье  Молоко | Булочка домашняя  Молоко  Фрукт (банан/яблоко/мандарин) | Вафли  Молоко |
| **Ужин** | Салат «Мозаика»  Омлет  Хлеб пшеничный  Кисель со свежими ягодами | Творожная запеканка со сметанным соусом  Хлеб пшеничный  Чай сладкий с лимоном | Винегрет  Рыба «По-польски»  Хлеб пшеничный  Кисель из свежих ягод | Рыба тушеная под соусом с овощами  Рис отварной  Хлеб пшеничный  Чай  Конфета | Блины со сгущенным молоком  Чай |