***Примерное 10-дневное меню МБДОУ д/с №56 на январь 2025 года.***

***(Для детей 4-7 лет)***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1-й день** | **2-й день** | **3-й день** | **4-й день** | **5-й день** |
| **Завтрак** | Макароны с масломВафлиЧай с сахаром | Каша манная молочнаяГренка с сыромКакао  | Творожная запеканкаСоус сметанныйБулкаКофейный напиток с молоком | Каша пшеничная молочнаяСалат из морковиБулкаМасло сливочноеКакао  | Рыба по-польскиИкра кабачковаяБулкаМасло сливочноеКофейный напиток с молоком |
| **2-й завтрак** | Свежий фруктСок | Свежий фруктСок | Свежий фруктСок | Свежий фруктСок | Витаминизированный напиток |
| **Обед** | Суп гороховыйКаша гречневаяЗапеканка из печени Салат ЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов | Суп перловый со сметаной на м/бРулет с яйцомКапуста тушенаяЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов | Борщ на м/б со сметанойКартофель тушеный с мясомСалат ЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов | Суп рыбныйТефтели мясные из свининыСалат ЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов | Суп вермишелевый на к/бКартофельное пюреКурица порционнаяСалат ЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов |
| **Полдник** | КефирКрендель | КефирБулка  | КефирВатрушка с повидлом  | Кисель из сухофруктовБулка | КефирБулка |
| **Ужин** | Каша пшенная молочнаяСырБулкаКофейный напиток с молоком | Суфле рыбноеСалат из свеклыХлеб ржанойБулкаЧай с сахаром | Каша гречневая молочнаяБулка Чай с сахаром | Картофельное пюреКотлета рыбнаяХлеб ржанойПряникЧай с сахаром | Сырники из творогаСоус сметанныйБулкаЧай с сахаром |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **6-й день** | **7-й день** | **8-й день** | **9-й день** | **10-й день** |
| **Завтрак** | Яйцо вареноеИкра кабачковаяПеченье витамин.Масло сливочноеЧай с сахаром  | Каша гречневая молочнаяГренка с сыром Какао  | Творожно-морковная запеканкаСоус сметанныйБулкаМасло сливочноеКофейный напиток с молоком | Каша рисовая молочнаяСалат из морковиБулкаМасло сливочноеКакао | ОмлетСалат из зеленого горошкаБулкаМасло сливочноеКофейный напиток с молоком |
| **2-й завтрак** | Свежий фруктСок | Свежий фруктСок | Свежий фруктСок | Свежий фрукт Сок | Витаминизированный напиток |
| **Обед** | Суп с клецкамиКаша пшеннаяСуфле из печениСоус розовыйЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов | Суп картофельный с пшеничной крупой со сметаной на м/бРагу из овощей с мясомЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов | Свекольник на м/б со сметанойПловСалат ЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов | Суп картофельный с рыбойМакароны с масломКотлета мясная из свининыСалат ЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов | Суп манный на курином бульонеГренки для супаКартофельное пюреКуринные палочкиСалат ЛукХлеб ржанойКомпот из сухофруктов |
| **Полдник** | КефирПирожок с повидлом | КефирГренка с сахаром | КефирВатрушка с творогом | Кисель молочныйПряник | КефирБулка |
| **Ужин** | Каша манная молочнаяБулкаСырКофейный напиток с молоком | Тефтеля рыбнаяИкра свекольно -морковнаяХлеб ржанойБулкаЧай с сахаром | Каша геркулесовая молочнаяБулка Чай с сахаром | Пюре картофельноеРыба тушеная с овощами в томатеХлеб ржанойБатонЧай с сахаром | Ленивые вареникиСоус сметанныйБулкаЧай с сахаром |