

СП д/с "Теремок" ГБОУ СОШ №2 "ОЦ"

с.Кинель-Черкассы



Утверждаю
руководитель СП
Власова Т.Д.

31.08.2022

Примерное 10-дневное меню на осенне-зимний период

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Завтрак									
КАША "ДРУЖБА"	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	КАША ПШЕНИЧНАЯ	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	КАША МАННАЯ	КАША ОВСЯНАЯ	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ	КАША КУКУРУЗНАЯ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	ЧАЙ С МОЛОКОМ	КАКАО	ЧАЙ С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	КАКАО	ЧАЙ С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	ЧАЙ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	БАТОН	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	БАТОН
БАНАН	АПЕЛЬСИН	ЯБЛОКО	БАНАН	ПОВИДЛО		БАНАН		ЯБЛОКО	ПОВИДЛО
				АПЕЛЬСИН					БАНАН
II Завтрак									
СОК ФРУКТОВЫЙ	СНЕЖОК	СОК ФРУКТОВЫЙ	РЯЖЕНКА	ЙОГУРТ	ЯБЛОКО	СНЕЖОК	АПЕЛЬСИН	РЯЖЕНКА	ЙОГУРТ
Обед									
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	СУП С КРУПОЙ	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	ТЕФТЕЛИ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	РАССОЛЬНИК	СВЕКОЛЬНИК	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	СУП ГОРОХОВЫЙ	ЩИ СО СМЕТАНОЙ
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	КИСЕЛЬ	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	РИС ОТВАРНОЙ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	КИСЕЛЬ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ
ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ				ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ
Полдник									
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	ВИНЕГРЕТ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	СУП РЫБНЫЙ
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОФЕЛЕМ	ЧАЙ	СОК ФРУКТОВЫЙ	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	ЧАЙ	СОУС МОЛОЧНЫЙ	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С МЯСОМ И РИСОМ	ЧАЙ
ЧАЙ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ЧАЙ	СОК ФРУКТОВЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	СОК ФРУКТОВЫЙ	КАКАО	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
ПЕЧЕНЬЕ		ВАФЛИ		ПЕЧЕНЬЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ВАФЛИ			КОНФЕТЫ
					ПЕЧЕНЬЕ				