

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник управления образования
администрации Губкинского городского округа



С.Н. Щетинина

С.Н. Щетинина

2023г.

**Примерное десятидневное меню
на весенне-летний период 2023 учебного года
для дошкольных общеобразовательных организаций
Губкинского городского округа
С 12-ти часовым режимом работы
(возрастные группы 1-3 лет и 3-7 лет)**

ДНИ /ВЕСНА-ЛЕТО-2023г./										
Прием пищи	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак	Кондитерские изделия (печенье)	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Кондитерские изделия (печенье)	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом
	Каша молочная жидкая (пшеница с маслом и сахаром)	Каша из овсяных хлопьев (геркулес) молочная	Омлет натуральный	Каша рисовая молочная жидкая (с маслом и сахаром)	Суп молочный с гречневой крупой	Каша "Дружба"	Омлет натуральный	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша жидкая (молочная пшеничная)	Каша жидкая (манная с маслом и сахаром)
	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром
2-ой завтрак	Сок фруктовый	Сок фруктовый для детей до 3-х лет и витаминизированный напиток "Витюшка" для сада	Сок фруктовый	Сок фруктовый для детей до 3-х лет и витаминизированный напиток "Витюшка" для сада	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Сок фруктовый для детей до 3-х лет и витаминизированный напиток "Витюшка" для сада	Сок фруктовый	Сок фруктовый
Обед	Икра морковная	Икра кабачковая/Овощи натуральные свежие*	Икра свекольная	Икра кабачковая/Овощи натуральные свежие*	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком		Салат из отварной свеклы	Икра морковная /Овощи натуральные свежие*	Икра кабачковая	Маринад овощной/Овощи натуральные свежие*
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной т/о	Суп с вермишелью на курином бульоне	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной т/о	Суп картофельный с крупой(на бульоне, крупа пшеничная)	Суп картофельный с клецками	Щи из свежей капусты с картофелем со смет. т/о	Суп картофельный с бобовыми (горох) и гречками	Суп картофельный с фрикадельками	Свекольник со сметаной (на бульоне)	Суп крестьянский с крупой (перловая) со сметаной
	Шницель рубленый	Плов из птицы (бройлер-цыпляенок)	Тефтели из печени	Котлеты рубленые из птицы	Котлеты (из мяса свинины)	Тефтели (2-й вариант с рисом)	Котлеты рубленые из птицы	Оладьи из печени (со сливочным маслом)	Гуляш из мяса птицы	Биточки (из мяса свинины)
	Каша вязкая (перловая)		Пюре картофельное	Макаронные изделия отварные	Пюре гороховое	Рагу овощное	Каша рассыпчатая (гречневая)	Пюре картофельное	Рис отварной	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом
	Компот из сушеных фруктов	Компот из свежих плодов	Компот из сушеных фруктов	Компот из свежих плодов	Компот из сушеных фруктов	Компот из сушеных фруктов	Компот из свежих плодов	Компот из сушеных фруктов	Компот из свежих плодов	Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный *	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	Молоко кипяченое	Кефир	Молоко кипяченое	Кефир	Молоко кипяченое	Молоко кипяченое	Кефир	Молоко кипяченое	Кефир	Молоко кипяченое
	Оладьи с повидлом	Ватрушки печеные из дрожжевого теста (с повидлом)	Печенье	Сдоба обыкновенная	Печенье	Оладьи с повидлом	Пирожки печеные из дрожжевого теста (с повидлом)	Печенье	Ватрушка с повидлом	Печенье
Ужин	Каша жидкая (манная с маслом и сахаром)	Тефтели рыбные тушеные	Запеканка из творога (с манной крупой) с повидлом	Суп картофельный рыбный с крупой - пшено	Пудинг из творога с рисом со сладким молочным соусом	Макаронные отварные с сыром	Шницель рыбный натуральный	Сырники из творога с повидлом	Омлет натуральный	Вареники ленивые (отварные)
		Сложный гарнир из овощей -пюре карт. и туш.капуста					Каша вязкая (перловая)		Капуста тушеная	с маслом и сахаром
							Икра кабачковая			
	Какао с молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком	Какао с молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие
* - блюда для приготовления в летний период.										