

Примерное меню МБДОУ "Ковригинский детский сад" с 10 июля 2023 г. с 10-ти ч.п.

	завтрак	2-й завтрак	обед	полдник
1-й день	Каша рисовая молочная с маслом Печенье детское Чай с сахаром	Напиток из сока	Свекла отварная Щи из св. капусты и картофелем с мясом, со сметаной т/о Зразы мясн. с яйцом Макаронны отв Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Огурец сол. порц. Картофель тушеный Чай без сахара
2-й день	Каша пшеничная молочная с маслом Сыр (порциями) Хлеб пшеничный Какао на молоке	Компот из замороженной чёрной смородины	Суп картофельный с крупой с рыбой Котлеты рубленые из птицы Сложный гарнир (картофель запеч. с овощами, свекла отварная) Компот из изюма Хлеб ржаной	Каша гречневая рассыпчатая с сахаром Компот из сухофруктов
3-й день	Каша манная жидкая с маслом Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Компот из сухофруктов	Борщ с тушенкой, со сметаной т/о Котлеты рыбные Любительские Сложный гарнир (рис отварной, морковь отварная) Кисель из концентрата Хлеб ржаной	Сыр (порциями) Мак.отварные с маслом Компот из замороженной клюквы
4-й день	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Компот из замороженной клубники	Рассольник "Ленинградский" кур. со сметаной Овощное рагу с филе птицы Хлеб ржаной Компот из изюма	Оладьи с повидло Чай без сахара
5-й день	Каша геркулесовая молочная с маслом Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Компот из замороженной клюквы	Морковь отварная Суп из овощей с кур. и со сметаной Жаркое по – домаш. с филе птицы Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Запеканка твороженная со сгущенным молоком Компот из изюма
6-й день	Каша пшеничная молочная с маслом Печенье детское Чай с сахаром	Компот из замороженной чёрной смородины	Щи по –уральски с крупой на мясном бульоне, со сметаной т/о Биточек куриный Рис отварной с маслом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Картофель запеченный с морковью с сыром Компот из изюма Хлеб пшеничный
7-й день	Каша ячневая жидкая с маслом Хлеб пшеничный Кофейный напиток на молоке	Компот из замороженной клюквы	Свекла отварная Суп гороховый с курицей Гренки Голубцы ленивые из филе птицы Кисель из концентрата Хлеб ржаной	Блины с повидло Чай без сахара
8-й день	Суп рисовый молочный. Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Компот из сухофруктов	Огурец сол. порц. Суп с макаронными изделиями с мясными фрикадельками Котлеты, биточки рыбные Картофельное пюре Компот из изюма Хлеб ржаной	Суфле из моркови со сгущенным молоком Чай без сахара
9-й день	Каша «Дружба» молочная с маслом Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Компот из замороженной клубники	Суп картофельный с клецками с рыбой Капуста тушеная с филе птицы Компот из замороженной клюквы Хлеб ржаной	Кнели куриные с рисом Соус с овощами Чай с сахаром
10-й день	Каша из смеси круп (гречнево-геркулесовая) молочная с маслом Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Компот из сухофруктов	Свекольник с курицей Суфле из рыбы Картофель запеченный со сметаной Компот из замороженной чёрной смородины Хлеб ржаной	Макаронны запеченные с яйцом с маслом сливочным Компот из изюма