

**Перспективное 10-дневное меню 2023 г. МБДОУ № 9**  
(Осень-зима от 3-х до 7-ми лет)

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 9  
С.Н.Жуковская

<b>1 нед. Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
<u>Завтрак:</u> Омлет со сметаной Икра кабачковая Чай с сахаром и лимоном Бутерброд с маслом <u>2-завтрак:</u> Мандарины <u>Обед:</u> Помидор порционно Борщ с капустой и картофелем Макароны отварные с маслом Шницель рыбный Кисель из повидла <u>Полдник:</u> Печенье Чай с сахаром Кофейный напиток	<u>Завтрак:</u> Каша рисовая молочная Какао с молоком Бутерброд с повидлом <u>2-завтрак:</u> Яблоки <u>Обед:</u> Огурец порционно Суп овощной Картофель отварной с маслом Фрикадельки мясные с соусом Напиток из плодов шиповника <u>Полдник:</u> Вафли Чай с сахаром	<u>Завтрак:</u> Каша манная молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом и сыром <u>2-завтрак:</u> Мандарины <u>Обед:</u> Помидор порционно Суп картофельный с клецками Макароны отварные с маслом Биточки рубленые Кисель из повидла <u>Полдник:</u> Печенье Сок фруктовый	<u>Завтрак:</u> Каша геркулесовая молочная Чай с молоком Бутерброд с повидлом <u>2-завтрак:</u> Яблоки <u>Обед:</u> Суп картофельный с макаронами Свекла тушеная с соусом Фрикадельки из птицы с соусом Кисель из сока <u>Полдник:</u> Вафли Кофейный напиток	<u>Завтрак:</u> Запеканка из творога с изюмом Какао с молоком Бутерброд с маслом и сыром <u>2-завтрак:</u> Мандарины <u>Обед:</u> Огурец порционно Борщ с фасолью и картофелем Гуляш из мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая Напиток из плодов шиповника <u>Полдник:</u> Печенье Кефир
<b>2 нед. Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
<u>Завтрак:</u> Омлет со сметаной Горошек консервированный Чай с сахаром Бутерброд с повидлом <u>2-завтрак:</u> Яблоки <u>Обед:</u> Помидор порционно Борщ с капустой и картофелем Макароны отварные с маслом Котлета рыбная Кисель из повидла <u>Полдник:</u> Вафли Сок фруктовый	<u>Завтрак:</u> Каша рисовая молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом и сыром <u>2-завтрак:</u> Мандарины <u>Обед:</u> Огурец порционно Суп картофельный с горохом Запеканка картофельная из мяса говядины с соусом Напиток из плодов шиповника <u>Полдник:</u> Запеканка из творога Какао с молоком	<u>Завтрак:</u> Суп молочный с макаронами Чай с сахаром Бутерброд с повидлом <u>2-завтрак:</u> Яблоки <u>Обед:</u> Свекла тушеная с соусом Щи из свежей капусты с картофелем Плов из птицы Кисель из повидла <u>Полдник:</u> Булочка по-домашнему с изюмом Кефир	<u>Завтрак:</u> Каша пшеничная молочная Чай с сахаром и лимоном Бутерброд с маслом и сыром <u>2-завтрак:</u> Мандарины <u>Обед:</u> Суп с рыбными консервами Капуста тушеная Фрикадельки из птицы с соусом Кисель из сока <u>Полдник:</u> Печенье Сок фруктовый	<u>Завтрак:</u> Каша геркулесовая молочная Какао с молоком Бутерброд с повидлом <u>2-завтрак:</u> Яблоки <u>Обед:</u> Огурец порционно Суп картофельный с крупой Каша пшеничная с соусом Котлета рубленая Напиток из плодов шиповника <u>Полдник:</u> Запеканка из творога с изюмом Чай с сахаром