



Утверждаю:
Заведующая МАДОУ №14
Л.П.Сарафанова
Приказ 90/1-ОД от 27.08.2020г

Примерное десятидневное меню МАДОУ №14 «Юбилейный» г.Сысерть

**Разработанное на основе «Сборника технических нормативов
для питания детей в дошкольных организациях»**

Уральский государственный экономический университет
Управление образования администрации г.Екатеринбурга
Федеральное Государственное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области»

Издание второе, переработанное и дополненное, в 2х частях
Екатеринбург, 2011

первый	второй	третий	четвертый	пятый
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
каша пшеничная	каша манная	каша геркулесовая	каша гречневая	каша пшеничная
батон с маслом	батон с маслом,сыром	батон с маслом и яйцом	батон с сыром	батон с маслом
кофейный напиток	какао на молоке	чай с лимоном	кофейный напиток	какао на молоке
2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак
	сок фруктовый		Снежок	сок фруктовый
обед	обед	обед	обед	обед
салат из отварной свеклы с черносливом и р.м.	с. из свежих огурцов с р.м.	с. из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, сол.огурцом и р.м.	салат из св.помидоров с р.м.	с. из белокочанной капусты с р.м.
щи из св.капусты	рассольник	суп-пюре картоф. с гренками	суп-лапша с курой	суп гороховый с гренками
гуляш из отварного мяса	котлета мясная	суфле рыбное	суфле куриное	кура отварная
лапша	капуста тушеная	рис отварной	гарнир овощной сборный	пюре картофельное
компот из сухофруктов	компот из яблок и изюма	компот из кураги	компот из яблок и чернослива	компот из сухофруктов
хлеб ржаной	хлеб ржаной	хлеб ржаной	хлеб ржаной	хлеб ржаной
полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
ватрушка с повидлом	запеканка творожная	омлет	кралька творожная	печенье
Снежок	чай с молоком	напиток из шиповника	чай с молоком	молоко
фрукты	фрукты	фрукты	фрукты	фрукты

шестой	седьмой	восьмой	девятый	десятый
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
каша Дружба	лапша молочная	каша манная	каша ячневая	каша рисовая
батон с сыром	батон с маслом, сыром	батон с маслом	батон с маслом и яйцом	батон с сыром
чай с лимоном	кофейный напиток	какао на молоке	чай	кофейный напиток
2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак
сок фруктовый		сок фруктовый	"Снежок"	сок фруктовый
обед	обед	обед	обед	обед
салат из моркови с яблоком и р.м.	с. из свежих помидоров с р.м.	салат из св капусты с кукурузой тс р.м.	с. из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком, сол.огурцом и р.м	с. из капусты с огурцами с р.м
борщ на м.б со смет	суп овсяный с овощами	свекольник	суп из сборных овощей на м.б. со сметаной	суп картофельный с рыбной консервой
тефтели со смет соусом	ленивые голубцы	рыба по польски	плов из мяса куры	кура отварная
греча рассыпчатая с овощами	пюре картофельное	компот из яблок и кураги	компот из чернослива и изюма	овощное рагу
компот из яблок и изюма	компот их сухофруктов	хлеб ржаной	хлеб ржаной	компот из сухофруктов
хлеб ржаной	хлеб ржаной			хлеб ржаной
полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
ватрушка с курагой	пудинг творожный	булочка	запеканка творожная	вафли
снежок	молоко	чай с молоком	напиток из шиповника	молоко
фрукты	фрукты	фрукты	фрукты	фрукты