

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
детского сада № 35
_____. Л.М.Шатун
« ____ » _____ 2022 г.

**Примерное цикличное
(десятидневное) меню
на зимне-весенний период
для детей в возрасте 1,5-3 года**

	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак	Макароны запеченные с яйцом и сыром	Каша рисовая молочная	Каша гречневая молочная	Каша манная молочная	Лапшевник с творогом и сгущенным молоком	Каша гречневая с соусом красным	Каша пшенная молочная	Каша из крупы геркулес молочная	Омлет натуральный	Суп молочный с вермишелью
						Икра кабачковая			Икра кабачковая	
	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом
	Фрукты свежие		кондитерское изделие		Фрукты свежие		Фрукты свежие			
	Чай с сахаром и лимоном	Какао на молоке	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	Какао на молоке	Чай с сахаром и лимоном	Кофейный напиток на молоке	Какао на молоке	Чай с сахаром	Какао на молоке
10 часов	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие	Сок фруктовый	Фрукты свежие
Обед	Свекольник с яйцом на мясном бульоне	Суп картофельный на м\б.	Борщ зимний со сметаной на м\б	Суп гороховый с гречками на к\б	Суп лапша домашняя на к\б	Борщ с фасолью на м\б.	Суп с яйцом и зеленым горошком	Щи	Суп рыбный с перловой крупой	Суп с клецками на к\б.
	Гуляш в соусе	Рыба, тушеная с овощами	Жаркое по-домашнему	Котлета рыбная запеченная с соусом	Куриные оладьи	Мясо тушеное	Голубцы ленивые	Бефстроганов в соусе	Котлета мясная запеченная в соусе томатном	Плов с куриным мясом
	Каша гречневая вязкая	Картофельное пюре		Каша рисовая с овощами	Рагу из овощей	Макароны отварные		Каша пшеничная вязкая	Картофель отварной	Капуста тушеная
	Салат из кв. капусты с луком	Овощи порционные	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	Салат из квашеной капусты со свеклой		Капуста тушеная	Овощи порционные	Овощи консервированные	Икра свекольная	
	Компот из св. фруктов	Компот из сухофруктов	Компот из св. фруктов	Компот из сухофруктов	Компот из св. фруктов	Компот из сухофруктов	Компот из св. фруктов	Компот из сухофруктов	Компот из св. фруктов	Кисель из кураги
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Полдник	Булочка с посыпкой	Ленивые вареники с сл.маслом	Омлет натуральный	Пирожок с яблоками печеный	Кондитерское изделие	Булочка домашняя	Пудинг из творога со сгущенным молоком	Картофель запеченный в сметанном соусе	Пирожок с творогом	Салат из свеклы и зеленого горошка
			Икра кабачковая							Яйцо отварное
	Кисломолочный продукт	Молоко кипяченое	Чай с сахаром и лимоном	Кофейный напиток на молоке	Чай с молоком	Кисломолочный продукт	Кисломолочный продукт	Сок фруктовый	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром
										Кондитерское изделие
			Хлеб пшеничный					Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный