

Утверждено:

Директор МБОУ «ООШ» с. Грива

*Т. В. Гардина*  
Т. В. Гардина

Приказ № *49/с.от* от *11.05.2018*



**Примерное десятидневное меню**

**МБОУ «ООШ» с. Грива (дошкольная группа)**

**Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для ДОУ. Пермь, 2001г.**

	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
1	Каша манная молочная жидкая Какао с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр	Фрукты свежие Или сок	Суп картофельный с бобовыми с курой Тефтели рыбные Пюре картофельное Свекла тушенная в сметанном или молочном соусе Свежий огурец Компот из плодов или ягод сушеных (курага) Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Молоко кипяченое Булочка ванильная
2	Каша пшенная молочная жидкая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное Яйцо варенное	Фрукты свежие Или сок	Суп картофельный с рыбой Ежики из говядины Овощи в молочном соусе Свежий помидор Кисель Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Кефир Сахар Шанежка с картофелем
3	Запеканка морковная с творогом Соус сладкий молочный Чай с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное	Фрукты свежие Или сок	Борщ с капустой и картофелем Жаркое по- домашнему Свежий огурец Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Ряженка Сахар Коржик молочный/Печенье
4	Каша гречневая вязкая на молоке Чай Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр	Фрукты свежие Или сок	Суп картофельный с мясными фрикадельками Котлета рыбная Пюре картофельное Капуста тушенная Свежий помидор Компот из яблок с лимоном Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Сок Пряник Соус молочный сладкий
5	Каша «Дружба» Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное Яйцо варенное	Фрукты свежие Или сок	Суп из овощей с курой Гуляш из говядины Каша гречневая рассыпчатая Салат из свеклы с изюмом Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Чай Сахар Запеканка из творога

6	Каша рисовая молочная жидкая Чай с лимоном Хлеб пшеничный Масло сливочное Яйцо варенное	Фрукты свежие Или сок	Суп картофельный с макаронными изделиями Шницель Капуста тушенная Салат картофельный с зелёным горошком Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив) Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Кефир Сахар Шанежка наливная
7	Суп молочный с макаронными изделиями Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр	Фрукты свежие Или сок	Свекольник Хлебцы рыбные Картофель отварной в молоке Свежий огурец Компот из апельсинов с яблоками Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Чай Запеканка из творога
8	Каша молочная пшеничная (жидкая) Чай с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное Яйцо варенное	Фрукты свежие Или сок	Щи из свежей капусты с картофелем с курой Биточки мясные /колбаса отварная Соус томатный Макаронные изделия отварные Салат из свеклы с солёным огурцом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Сок Пирожки печёные из сдобного теста с капустой
9	Каша ячневая молочная вязкая Какао с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр	Фрукты свежие Или сок	Рассольник ленинградский Котлеты рыбные любительские Пюре картофельное Морковь в молочном соусе Свежий помидор Кисель Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Молоко кипячённое Ватрушка с творожным фаршем
10	Каша овсяная из «геркулеса» жидкая Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное Яйцо варенное	Фрукты свежие Или сок	Суп крестьянский с крупой Птица отварная Пюре картофельное Салат из свеклы с черносливом Компот из плодов или ягод сушеных Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	Кефир Сахар Пряник