



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МКДОУ  
д/с №5 «Ёлочка» г. Инза  
Потешкина Е.С.

Евгения Потешкина  
Средняя группа  
Потешкина

10-дневное (циклическое) меню в МКДОУ д/с №5 «Ёлочка» г. Инза

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
ЗАВТРАК	Масса порции	ЗАВТРАК	Масса порции	ЗАВТРАК	Масса порции	ЗАВТРАК	Масса порции	ЗАВТРАК	Масса порции
Каша овсяная	200	Каша «Дружба»	200	Каша пшеничная	200	Каша пшеничная	200	Каша манная	200
Кофейный напиток с молоком	200	Чай с молоком	200	Какао с молоком	200	Чай с сахаром	200	Кофейный напиток с молоком	200
Хлеб с маслом	50	Хлеб с сыром	50	Хлеб с маслом	50	Хлеб с повидлом	50	Хлеб с сыром	50
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	
Нектар	200	Кисель	200	Нектар	200	Кисель	200	Чай	200
<b>ОБЕД</b>		<b>ОБЕД</b>		<b>ОБЕД</b>		<b>ОБЕД</b>		<b>ОБЕД</b>	
Салат из моркови	60	Салат из зел.горошка	60	Салат из свеж. капусты	60	Салат из свеж. капусты	60	Салат из свеклы с зеленым горошком	60
Суп рыбный	250	Щи из свеж. капусты	250	Суп картофельный с бобовыми	250	Суп картофельный с бобовыми	250	Бульон с гречками	250
Голубцы ленивые	200	Гуляш из отварного мяса/печени	80	Жаркое по -домашнему	200	Капуста тушеная с курицей	250	Плов из птицы	250
Соус сметано-томатный	50	Макаронны	170	Жаркое по -домашнему	200	Жаркое по -домашнему	200	Компот из сухофруктов	200
Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200
Хлеб ржаной	60	Хлеб ржаной	60	Хлеб ржаной	60	Хлеб ржаной	60	Хлеб ржаной	60
<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>		<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>		<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>		<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>		<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>	
Ленивые вареники	150	Запеканка из творога	150	Винегрет овощной	250	Винегрет овощной	250	Крендель сахарный	150
Соус сладкий молочный	50	Соус молочный сладкий	50	Яйцо вареное	1	Яйцо вареное	1	Фрукт	150
Молоко кипяченое	200	Молоко кипяченое	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Молоко кипяченое	200
Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50

10-дневное (пятидневное) меню в МКДОУ д/с №5 «Ёлочка» г. Инза

6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
ЗАВТРАК	Масса порции	Масса порции	Масса порции	Масса порции	Масса порции	Масса порции	Масса порции	Масса порции	Масса порции
Суп молочный с макар. изделиями	200	Каша рисовая	200	Каша пшеничная	200	Макароны с маслом и сыром	170	Каша гречневая	200
Чай с сахаром	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Напиток из шиповника	200	Какао с молоком	200
Хлеб с маслом	50	Хлеб с сыром	50	Хлеб с маслом	50	Хлеб с маслом	50	Хлеб с маслом	50
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	
Нектар	200	Кисель	200	Нектар	200	Кисель	200	Кисель	200
<b>ОБЕД</b>		<b>ОБЕД</b>		<b>ОБЕД</b>		<b>ОБЕД</b>		<b>ОБЕД</b>	
Салат из свежей капусты	60			Икра кабачковая	60	Салат из свежих овощей	60	Салат из свежей капусты с морковью	60
Суп картофельный «Осенний»	250	Рассольник «Ленинградский»	250	Суп картофельный с клецками	250	Суп картофельный со сметаной	250	Борщ со сметаной	250
Рыба припущенная	80	Тефтели мясные	80	Перловка с мясом говядины	250	Котлеты рыбные	80	Запеканка картофельная с мясом	160
Картофельное пюре	170	Рагу из овощей	170			Рис отварной	170	Соус сметанный	50
Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200
Хлеб ржаной	60	Хлеб ржаной	60	Хлеб ржаной	60	Хлеб ржаной	60	Хлеб ржаной	60
<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>		<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>		<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>		<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>		<b>УПЛ. ПОЛДНИК</b>	
Пудинг творожно-манный	150	Сырники из творога	150	Пудинг рисовый, манный	150	Котлеты морковные со ступенкой	150	Пирог открытый	130
Соус сладкий молочный	50	Соус молочный сладкий	50	Повидло	50	Стушенное молоко	50	повидло	40
Молоко кипяченое	200	Молоко кипяченое	200	Чай с сахаром	200	Молоко кипяченое	200	Молоко кипяченое	200
Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Фрукт	150