

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БДОУ г. Омска

«Центр развития ребенка-

Детский сад № 394»

С.П. Сердюкова

«1» января 2021 год

**Примерное 10- дневное цикличное меню
БДОУ г. Омска « Центр развития ребенка – детский сад № 394»**

Неделя: вторая					
	6 день понедельник	7 день вторник	8 день среда	9 день четверг	10 день пятница
завтрак	Каша ячневая молочная 150/200	Каша рисовая молочная 150/200	Омлет натуральный 100\120, кукуруза консервированная 35/35	Каша пшеничная молочная 150/200	Суп молочный с макаронными изделиями 150/200
	Кофейный напиток с молоком 180/200	Кофейный напиток с молоком 180/200	Какао на молоке 180/200	Кофейный напиток с молоком 180/200	Кофейный напиток с молоком 180/200
	Бутерброд с маслом 30\8/35\10	Бутерброд с маслом и сыром 30\10\8/35\20\10	Бутерброд с маслом 30\8/35\10	Бутерброд с маслом 30\8/35\10	Бутерброд с маслом 30\8/35\10
II завтрак	сок фруктовый 200/200		сок фруктовый 200/200		сок фруктовый 200/200
обед	Салат из свеклы с изюмом 30\50	Суп "Харчо" 150\200	Рыба соленая порциями 20\25	Борщ из свежей капусты 150\200	Салат из соленых огурцов с луком 30/50
	Щи из свежей капусты 150\200		Суп гороховый с гречками 150\200		Суп картофельный с рыбными фрикадельками 150\200
	Гуляш из говядины 60/80	Капуста тушеная с мясом 180\220	Курица тушеная с овощами 180/220	Котлета рыбная 60/70, соус белый основной 20/30	Запеканка из печени с рисом 150\180, томатный соус 30\40
	Макароны отварные с маслом 100\130				
Хлеб урожайный 40/50	Хлеб урожайный 40/50	Хлеб урожайный 40/50	Хлеб урожайный 40/50	Хлеб урожайный 40/50	
полдник	Гренка молочная 50/80	Венская слоба 60\80	Манник 60/80	Кондитерские изделия 50/80	Булочка домашняя 60/80
	Чай с молоком 180\200	Напиток из ягод свежемороженых 150/180	Кисломолочный напиток 150/170	Напиток из ягод свежемороженых 150/180	Кисломолочный напиток 150/170
ужин	Рагу из овощей 200\220	Сырники из творога 100\120, сгущенное молоко 20\30, фрукт 222/230	Гречневая каша рассыпчатая 100/120, тефтели из говядины 70\80, соус томатный 30\40	Пудинг из творога с изюмом 120/150, сгущенное молоко 20\30, фрукт 222/230	Картофельные котлеты 120\130, икра кабачковая 80\90
	Чай с лимоном 180/200	Чай с сахаром 180/200	Чай с сахаром 180/200	Чай с сахаром 180/200	Чай с сахаром 180/200
	Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30