



Утверждаю
Заведующий МАДОУ № 179
С.В. Гладковская
«02» 06 2025г.

Перспективное меню на 10 дней (ЛЕТО)

Дни недели	Завтрак	10 часов	Обед	Полдник	Ужин
1 неделя					
П	1.Каша пшенная молочная; 2. Батон с маслом; 3. Чай сладкий; 4 Яйцо отварное.	Сок	1. Суп с рыбными консервами; 2.Солянка со свининой; 3. Компот из с/фруктов; 4.Хлеб ржаной.	1. Молоко кипяченое; 2.Булочка домашняя.	1. Сырники из творога запеченные; 2. Соус сметанный; 3.Написток из ягоды; 4 Хлеб пшеничный.
В	1. Каша молочная с пшеничная жидкая; 2. Батон с маслом; 3. Сыр порционный; 4.Какао с молоком.	Сок	1.Щи; 2.Тефтели рыбные 3.Соус томатный; 4.Картофельное пюре; 5.Салат из свеклы с чесноком; 6.Компот с/ф; 7.Хлеб ржаной.	1. Кисломолочная продукция; 2. Вафли.	1. Рис с печенью в сметанном соусе; 2.Напиток из шиповника; 3.Хлеб пшеничный.
С	1.Каша молочная рисовая; 2.Батон с маслом; 3. Кофейный напиток с молоком; 4. Яйцо отварное.	Сок	1.Суп крестьянский с крупой; 2.Котлета мясная; 3. Рожки отварные; 4.Салат из моркови и з\горошка; 5.Соус томатный; 6.Компот из с/ф; 7.Хлеб ржаной.	1. Кисломолочная продукция; 2.Сушка.	1.Оладьи; 2. Соус сметанный; 3.Кисель из ягод; 4.Хлеб пшеничный.
Ч	1. Каша манная молочная; 2. Батон с маслом и сыром; 3.Какао с молоком.	Сок	1. Суп картофельный с рисом; 2. Печень по-строгановски; 3.Гороховое пюре 4.Салат из капусты с морковью; 5.Компот из с\ф 6.Хлеб ржаной	1. Молоко кипяченое; 2. Пирожок с картофелем.	1. Запеканка из творога; 2.Соус сметанный; 3.Чай сладкий; 4.Хлеб пшеничный.
П	1.Каша гречневая вязкая; 2. Батон с маслом; 3. Какао на молоке; 4. Яйцо отварное.	Сок	1. Суп с клецками; 2. Рожки отварные; 3.Голень куриная отварная; 4.Свекла кусочком; 5.Компот из с/фруктов;	1. Кисломолочная продукция; 2. Булочка «Веснушка».	1. Рагу овощное с мясом; 2.Напиток из ягоды; 3.Хлеб пшеничный.

			6.Хлеб ржаной.		
2 неделя					
П	1.Каша из геркулеса. 2. Батон с маслом и сыром; 3. Какао с молоком.	Сок	1.Суп овощной с фасолью; 2.Плов; 3.Салат из капуст с морковью; 4.Компот из с/фруктов; 5.Хлеб ржаной.	1. Молоко кипяченное; 2.Булочка домашняя.	1.Запеканка с творогом; 2.Соус сметанный; 3.Напиток из ягоды; 4.Хлеб пшеничный.
В	1. Каша пшеничная молочная жидкая; 2. Батон с маслом; 3. Кофейный напиток с молоком.	Сок	1.Суп картофельный с мясными фрикадельками; 2.Рис отварной; 3.Котлета рыбная любительская; 4.Свекла отварная кусочком; 5.Компот из с\х; 6.Хлеб ржаной.	1.Кисломолочная продукция; 2.Печенье.	1.Омлет с зеленым горошком; 2.Хлеб пшеничный; 3.Чай сладкий.
С	1.Каша рисовая молочная; 2. Батон с маслом; 3.Какао с молоком.	Сок	1.Суп картофельный с макаронными изделиями; 2. Голубцы ленивые; 3. Картофельное пюре; 4. Компот из с\ф; 5. Хлеб ржаной.	1. Кисломолочная продукция; 2. Вафли.	1.Овощи, тушеные с мясом; 2.Кисель из ягоды; 3.Хлеб ржаной.
Ч	1.Каша Дружба; 2.Батон с маслом и сыром; 3.Кофейны напиток с молоком.	Сок	1. Свекольник; 2. Жаркое; 3. Сельдь кусочком; 4. Хлеб ржаной; 5.Компот с\ф	1. Молоко кипячённое; 2. Пирожок с печенью.	1.Ленивые вареники с маслом; 2. Хлеб пшеничный; 3. Напиток из шиповника.
П	1.Каша манная молочная жидкая; 2.Батон с маслом; 3. Яйцо отварное; 4.Чай с молоком.	Сок	1.Суп «Харчо»; 2. Каша гречневая рассыпчатая; 3.Голень куриная отварная; 4.Салат витаминный; 5.Компот из с/фруктов; 6.Хлеб ржаной	1. Кисломолочная продукция; 2. Пряник.	1.Рожки отварные; 2.Оладьи из печени; 3. Чай сладкий; 4.Хлеб пшеничный.