

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №97

Примерное 10-ти дневное циклическое меню

1 неделя

Е. Н. Нилова

01.06.2026г



	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Завтрак</b>	1. Каша Манная молочная 2. Бутерброд с маслом 30/5 3. Какао с молоком 4. Яйцо варёное	1. Каша Дружба молочная 2. Бутерброд с маслом 30/5 3. Кофейный напиток с молоком	1. Каша геркулесовая жидкая 2. Бутерброд с маслом 30/5 3. Какао с молоком	1. Каша ячневая молочная 2. Бутерброд с маслом 30/5 3. Кофейный напиток с молоком	1. Пудинг творожный со сметанным соусом 2. Бутерброд с маслом и сыром 40/5 3. Какао с молоком
<b>Второй завтрак</b>	Сок фруктовый	Йогурт	Ряженка	Яблоки	Бифидок
<b>Обед</b>	1. Салат луковый 2. Суп гороховый на к/б 3. Суфле куриное с рисом и сл. Маслом 4. Компот из клюквы 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. Салат из свежей капусты 2. Рассольник на мк/ со сметаной 5/195 3. Жаркое подомашнему из курицы 4. Напиток из плодов шиповника 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. Суп-Харчо 2. Тефтели мясные из свинины 3. Капуста тушёная 4. Кампот из кураги 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. Винегрет овощной 1. Суп овощной на к/б 2. Гуляш из курицы 3. Каша гречневая рассыпчатая 4. компот из смеси сухофруктов 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. Салат из св. помидор с раст. маслом 2. Борщ на к/б со сметаной 5/195 3. Шницель куриный 4. Пюре картофельное 5. Компот из изюма 6. Хлеб пшеничный 7. Хлеб ржано-пшеничный
<b>Полдник</b>	1. Рыба запечёная с картофелем по-русски 2. Хлеб пшеничный 3. Булочка сдобная 4. Чай сл лимоном	1. Макароны отв. с овощами и каб. икрой 2. Хлеб пшеничный 3. Бутерброд с сыром 30/5 4. Кисель из ч. смородины	1. Лакомкаа из творога 2. Хлеб пшеничный 3. Булочка Домашняя 4. Чай сладкий	1. Омлет с сосиской 2. Хлеб пшеничный 3. Пряник 4. Чай с лимоном	1. Каша рисовая молочная 2. Хлеб пшеничный 3. Бутерброд с джемом 4. Компот из вишни

Составил: Калькулятор \_\_\_\_\_ Федотов /С. Н./

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с №97

Е. Н. Нилова

Примерное 10-ти дневное циклическое меню

01.06.2026г

2 неделя



	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Завтрак</b>	1. Суп молочный с вермишелью 2. Бутерброд с маслом 30/5 3. Яйцо варёное 4. Кофейный напиток с молоком	1. Омлет натуральный Салат из кукурузы 2. Бутерброд с маслом 30/5 3. Какао с молоком	1. Запеканка творожная с рисом 2. Соус сметанный 2. Бутерброд с маслом 30/5 4. Кофейный напиток с молоком	1. Каша Боярская (пшённая с изюмом) 2. Бутерброд с маслом 30/5 3. Какао с молоком 4. Яйцо варёное	1. Запеканка творожно-манная 2. Соус сметанный 3. Бутерброд с маслом 30/5 4. Кофейный напиток с молоком
<b>Второй завтрак</b>	Сок фруктовый	Йогурт	Ряженка	Яблоки	Кефир
<b>Обед</b>	1. Солёный огурец порционный 2. Суп картофельный с кукурузой на к/б 3. Плов из курицы 4. Компот из клюквы 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. Икра кабачковая 2. Суп картофельный на к/б с вермишелью 3. Капуста тушёная с курицей 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. Салат из св. помидор и огурцов 2. Борщ из св. капусты со сметаной 5/195 2. Биточки из свинины с т. соусом 4. Гороховое пюре 4. Компот из вишни 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. Салат из св. капусты с яблоками 2. Суп с рыбными консервами 3. Курица тушёная с овощами 4. Каша рисовая рассыпчатая 4. Компот из чернослива 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. Салат из св. огурцов с раст. маслом 2. Щи с фасолью на к/б со сметаной 5/195 3. Котлеты рубленые из курицы 4. Пюре картофельное 5. Компот из кураги 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржано-пшеничный
<b>Полдник</b>	1. Суфле из рыбы с рисом 2. Хлеб пшеничный 3. Плюшка Московская 4. Чай с лимоном	1. Макароны запечённые с сыром 2. Хлеб пшеничный 3. Печенье 4. Чай с молоком	1. Каша пшеничная молочная 2. Хлеб пшеничный 3. Ватрушка с творогом 4. Компот из ч. смородины	1. Капуста тушёная с сосиской 2. Хлеб пшеничный 3. Пряник 4. Чай с лимоном	1. Каша кукурузная молочная 2. Хлеб пшеничный 3. Ватрушка с джемом 4. Чай сладкий

Составил: Калькулятор \_\_\_\_\_ Федотов /С. Н./