

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующая ДС № 4
 _____ Т.И. Кривенко

**Предварительное десятидневное меню ДС № 4 «Арман»
 (зима-весна) на 2021 г**

| 1-й день | 2-й день | 3-й день | 4-й день | 5-й день |
|---|---|---|--|---|
| Завтрак | Завтрак | Завтрак | Завтрак | Завтрак |
| Каша мол рисовая Батон с маслом Какао с молоком | Каша мол ячневая Батон с сыром Кофейный напиток | Каша мол «Геркулес» Яйцо отварное 1/2 Батон с джемом Цикорий с молоком | Каша мол кукурузная Батон с маслом Кофейный напиток | Яйцо отварное 1/2 Каша мол пшенная Батон с сыром Какао с молоком |
| 1 мл группа 10:00 Полдник | 1 мл группа 10:00 Полдник | 1 мл группа 10:00 Полдник | 1 мл группа 10:00 Полдник | 1 мл группа 10:00 Полдник |
| Яблоко/Груша | Молоко | Банан | Молоко | Яблоко/Груша |
| Обед | Обед | Обед | Обед | Обед |
| Щи Гуляш с гречкой Салат из зел горошка Хлеб Напиток +вит С | Суп гороховый /фасолевый Лагман Хлеб Компот из сух /фр | Суп гречневый Овощное рагу / Солянка Сол огурец Хлеб Компот из кураги | Борщ Рыбная котлета картофельное пюре/Рыба по-русски Салат морковь, редька Хлеб Компот из с/ фрукт | Суп-солянка Манты / Пельмени Хлеб Компот из изюма |
| Полдник | Полдник | Полдник | Полдник | Полдник |
| Кисель пряник | Банан | Кефир | Яблоко/Груша | Кефир, вафля |
| Ужин | Ужин | Ужин | Ужин | Ужин |
| Омлет с картофелем/Лапшевник Батон Чай с сахаром | Морковно- творожный пудинг/Запеканка творожная фруктовая подлива Чай с сахаром | Булочка Суп мол пшенный Чай с сахаром | Мясо по казахски Хлеб Чай с сахаром, молоком печенье | Сырники творожные с сгущ молоком Чай с сахаром |

| 6-й день | 7-день | 8-й день | 9-день | 10-й день |
|--|---|---|---|---|
| Завтрак | Завтрак | Завтрак | Завтрак | Завтрак |
| Каша мол ячневая Батон с маслом Кофейный напиток | Яйцо отварное 1/2 Каша кукурузная Батон с сыром Какао с молоком | Каша мол манная Батон с джемом Цикорий с молок | Каша мол «Артек» Батон с маслом Кофейный напиток | Суп мол вермишелевый Батон с сыром Какао с молоком |
| 1 мл группа 10:00 Полдник | 1 мл группа 10:00 Полдник | 1 мл группа 10:00 Полдник | 1 мл группа 10:00 Полдник | 1 мл группа 10:00 Полдник |
| Банан | Молоко | Яблоко/Груша | Молоко | Банан |
| Обед | Обед | Обед | Обед | Обед |
| Свекольник Плов Сол огурец Хлеб Напиток+ вит С | Щи Рулет с макаронами / Зраза Салат «Зимний»/ Винегрет Хлеб Компот изс/фр+вит С | Суп рассольник Домашнее жаркое / Азу по- татарски Салат св капуста Хлеб Компот из кураги+вит С | Суп солянка Тефтеля рыбная / Котлета рыбная Тушенная свекла / морковь Хлеб Компот из с/ фрукт+вит С | Суп «Волна» Котлета мясная с сложным гарниром / Бигус Хлеб Напиток+вит С |
| Полдник | Полдник | Полдник | Полдник | Полдник |
| Кисель вафля | Яблоко/Груша | Кефир | Банан | Кефир |
| Ужин | Ужин | Ужин | Ужин | Ужин |
| Суп рыбный Хлеб Чай с сахаром, лимоном | Ленивые вареники Чай с сахаром, молоком | Пирожок с морковкой / капустой Чай с сахаром | Суп с фрикадельками Хлеб Чай с сахаром, молоком шоколад конфета | Творожные палочки молочная подлива Чай с сахаром |

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДС № 4 «Арман»
 _____ **Т.И. Кривенко**

**Предварительное десятидневное меню ДС № 4 «Арман»
 (лето-осень) на 2021 г**

| 1-й день | | 2-й день | | 3-й день | | 4-й день | | 5-й день | |
|---|--|---|--|--|---|---|---|--|--|
| Завтрак | Выход | Завтрак | Выход | Завтрак | Выход | Завтрак | Выход | Завтрак | Выход |
| Каша молочная «Геркулес» Батон с маслом Кофейный напиток | 150/200 20/5 30/10 150/200 | Суп молочный вермишелевый Батон с маслом, сыром Какао с молоком | 150/200 20/5/5 30/10/10 150/200 | Каша молочная манная Батон с джемом Цикорий с молоком | 150/200 20/5 30/10 150/200 | Каша мол гречневая Батон с маслом Кофейный напиток | 150/200 20/5 30/10 150/200 | Яйцо отварное Каша ячневая Батон с маслом, сыром Какао с молоком | ½ 150/200 20/5/5 30/10/10 150/200 |
| 1 мл группа 10:00 Полдник | | 1 мл группа 10:00 Полдник | | 1 мл группа 10:00 Полдник | | 1 мл группа 10:00 Полдник | | 1 мл группа 10:00 Полдник | |
| Банан | 90 | Молоко | 150 | Яблоко/Груша | 90 | Молоко | 150 | Яблоко/Груша | 90 |
| Обед | | Обед | | Обед | | Обед | | Обед | |
| Щи Бефстроганов с пшённой кашей Салат из моркови Хлеб Напиток+вит С | 150/200 60/80 100/130 40/60 20/25 40/40 150/100 | Суп «Харчо» Картофель с курицей Салат из св помидоров, огурцов Хлеб Компот +вит С | 150/200 150/200 40/60 20/25 40/40 150/200 | Суп рассольник Ёжики в томатном соусе Салат из свеклы Хлеб Компот из изюма | 150/200 60/80 20/40 60/80 20/25 40/40 150/200 | Суп овощной Рыбная котлета с рисом отварным Салат из св. овощей Хлеб Компот из св. ябл+витС | 150/200 60/80 100/130 40/60 20/25 40/40 150/200 | Суп фасолевый / гороховый Азу по татарски салат из св капусты Хлеб Напиток+вит С | 150/200 150/200 40/60 20/25 40/40 150/200 |
| Полдник | | Полдник | | Полдник | | Полдник | | Полдник | |
| Кисель, пряник | 150/10 200/25 | Яблоко/Груша | 90/150 | Кефир | 150/200 | Банан | 90 | Кефир, печенье | 150/10 200/20 |
| Ужин | | Ужин | | Ужин | | Ужин | | Ужин | |
| Омлет с кабачковой икрой Батон Чай с сахаром | 30/50 20/30 150/200 | Королевская ватрушка Чай с сахаром | 150/0150 150/200 | Булочка с маком Суп мол пшенный Чай с сахаром, молоком | 150/150 150/200 150/200 | Суп с куринный Хлеб Чай с сахаром, карамель | 150/200 20/30 150/200 10/10 | Сырники с шоколадной подливой Чай с сахаром | 150/150 30/40 150/200 |

| 6-й день | | 7-день | | 8-й день | | 9-день | | 10-й день | |
|--|---|---|---|--|--|---|--|--|--|
| Завтрак | | Завтрак | Выход | Завтрак | Выход | Завтрак | Выход | Завтрак | Выход |
| Суп мол вермишелевый Батон с маслом Цикорий с молоком | 150/200 20/5 30/10 30/10/10 150/200 | Яйцо отварное Каша молочная кукурузная Батон с маслом, сыром Какао с молоком | ½ 150/200 20/5/5 30/10/10 | Каша молочная «Геркулес» Батон с джемом Кофейный напиток | 50/200 20/5 30/5 150/200 | Каша молочная «Дружба» Батон с маслом, сыр Цикорий с молоком | 150/200 20/5/5 40/10/10 150/200 | Каша мол «Артек» Батон с сыром Кофейный напиток | |
| 1 мл группа 10:00 Полдник | | 1 мл группа10:00 Полдник | | 1 мл группа 10:00 Полдник | | 1 мл группа 10:00 Полдник | | 1 мл группа 10:00 Полдник | |
| Яблоко/Груша | 90 | Молоко | 150 | Банан | 90 | Молоко | 150 | Яблоко/Груша | 90 |
| Обед | | Обед | | Обед | | Обед | | Обед | |
| Суп солянка Гуляш с гречкой/с макаронами Салат из моркови, яблока Хлеб Напиток+вит С | 150/200 60/80 100/130 40/60 20/25 40/40 150/200 | Суп полевой Ленивые голубцы/ Зразы / Отварной картофель Салат «Калейдоскоп» Хлеб Компот из сухофруктов+вит С | 150/200 60/80 100 40/60 20/25 40/40 150/200 | Борщ Плов Сол огурец/ Св огурец / Помидор Хлеб Компот из св. яблок+вит С | 150/200 150/200 20/40 20/25 40/40 150/200 | Щи Рыбная котлета картофельное пюре/ Рыбная запеканка Салат из св. овощей Хлеб Компот из сухофруктов+вит С | 150/200 60/80 130/150 150/200 40/60 20/25 40/40 150/200 | Суп с клецки/ Суп бабушкин Бигус с мясом Св. помидор/ огурец Хлеб Напиток+вит С | 150/200 150/200 30/40 20/25 40/40 150/200 |
| Полдник | | Полдник | | Полдник | | Полдник | | Полдник | |
| Кисель вафля | 150/10 150/25 | Банан | 90/150 | Кефир | 150 | Яблоко/Груша | 90 | Кефир | 150/200 |
| Ужин | | Ужин | | Ужин | | Ужин | | Ужин | |
| Суп рыбный Хлеб Чай с сахаром, лимоном | 150/200 20/30 150/200 10 | Запеканка твор- манная/ рисовая сгущенное молоко Чай с сахаром | 150/150 20/40 150/200 | Кулебяка с курицей/ Растегай Чай с сахаром | 150/150 150/200 | Суп с фрикадельками Хлеб Чай с сахаром, молоком, конфета | 150/200 20/30 150/200 10/20 | Творожные палочки с сгущ молоком Чай с сахаром | 150/150 20/40 150/200 |

Составил: м/с Попова Е.Е.