



Меню детского сада «Островок детства»

10-дневный цикл питания · ул. Турмалиновая, 25, х. Красный Крым

День	Завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1	Молочный вермишелевый супчик, кофейный напиток, хлебушек с сырочком	Яблочко	Салат из свежей капусты с морковкой и яблочком, супчик «Рыбный», плов с мяском индейки, компотик	Молочко/компотик, пряничек	Гречневая кашка со сливочным маслом, тефтелька куриная, свежий огурчик, компотик
2	Кашка «Дружба», чай с лимончиком, хлебушек с маслицем	Грушка	Салат из свежих помидорчиков и огурчиков, борщик, мяско индейки тушёное с овощами, компотик	Печенье, молочко/компотик	Пюре картофельное, гуляш из мяса курочки в сметанном соусе, помидорчик свежий, компотик
3	Кашка молочная «Пшённая», какао с молочком, хлебушек с сыром	Бананчик	Салат «Витаминный» (капуста, морковь, яблочко), супчик-пюре «Гороховый» с сухариками, макарончики, гуляш из говядины, напиток из шиповника	Молочко/компотик, гренки со сгущённой	Рис со сливочным маслом, котлетка из мяса индейки, свежий огурчик, чай/компотик
4	Кашка «Ячневая» на молочке, чай с молоком, хлебушек с маслицем	Апельсинчик	Салат из свежих огурчиков и помидорчиков, супчик с клёцками на курином бульоне, капуста тушёная, отбивные куриные в кляре, кисель ягодный	Печенье сахарное, йогурт	Жаркое по-домашнему с мясом курочки, солёный огурчик, компотик
5	Кашка «Манная» на молочке, кофейный напиток, хлебушек с сыром	Яблочко	Салат из морковки с огурчиком и зелёным горошком, супчик «Свекольный», тефтельки из говядины с гарниром из гречки, ягодный морсик	Кексик, молочко/компотик	Плов с курочкой, свежий огурчик, компотик
6	Кашка «Пшеничная», чай с лимончиком, хлебушек с сырочком	Бананчик	Салат из свежих помидорчиков, супчик «Лапша домашняя», ленивые голубцы из мяса курочки, картофельное пюре, компот	Пряники, молочко/компотик	Котлетка из говядины, овощное рагу, компотик

День	Завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Ужин
7	Кашка молочная «Геркулесовая», какао с молоком, хлебушек с маслицем	Яблочко	Салат из свежих огурчиков и помидорчиков, суп-пюре из разных овощей, рис со сливочным маслицем, котлетки из форели, компотик	Молочко/компотик, сырники со сметанкой	Макарончики, сосиска молочная «Малышок», солёный огурчик, компотик
8	Молочная кашка «Гречневая», чай с молочком, хлебушек с маслом и сыром	Грушка	Салат из свежей капусты с зелёным горошком, супчик фасолевый на курином бульоне, печёночники из печени курицы, картофельное пюре, кисель ягодный	Йогурт, печенье	Пельмешки со сметанкой, свежий огурчик, компотик
9	Кашка молочная из смеси круп (гречневая, овсяная, пшённая), чай с лимончиком, хлебушек с сырочком	Апельсинчик	Салат из сырых овощей (морковь, помидоры, огурцы, капуста), супчик «Рассольник», котлетка из мяса курицы, макарончики, компот	Яйцо отварное, молочко/компотик	Тушёное мясо индейки с овощами, свежий огурчик, компотик
10	Кашка «Сладкий фруктовый плов», кофейный напиток, хлебушек с маслицем	Яблоко	Салат из свёклы с растительным маслом, супчик на курином бульоне с макаронными изделиями, тефтелька из мяса курочки, картофель отварной, морсик	Гренки с джемом, молочко/компотик	Биточки из мяса индейки, гречка рассыпчатая, компотик

Меню составлено с учётом норм питания для детей дошкольного возраста и повторяется циклично каждые 10 дней. Точный состав блюд может немного меняться в зависимости от сезона и наличия продуктов.