

Меню детского сада «Лучик» на Соколе (пример одной недели)

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
ЗАВТРАК				
каша овсяная молочная	макароны отварные с сыром	каша пшённая молочная	каша рисовая молочная	вареники "ленивые"
бутерброд с маслом и сыром	детское пюре фруктовое	бутерброд с маслом	рыба солёная красная	бутерброд с маслом
чай с сахаром	чай с лимоном	какао с молоком	чай с сахаром	чай с сахаром
ЗАВТРАК 2				
напиток из плодов шиповника	соки овощные, фруктовые или ягодные	соки овощные, фруктовые или ягодные	соки овощные, фруктовые или ягодные	соки овощные, фруктовые или ягодные
ОБЕД				
салат летний с редисом, картофелем и зеленью	салат из свежих помидоров с луком	салат из солёных огурцов с луком	огурец солёный	салат из капусты с луком и морковью
суп рыбный	рассольник "Ленинградский"	суп куриный с макаронными изделиями	суп картофельный с мясными фрикадельками	борщ летний со свеклой
плов из индейки	фрикадельки из птицы (куриные грудки) под белым соусом	жаркое по-домашнему с мясом говядины	картофель отварной со сливочным маслом	фрикадельки мясные говяжьи в соусе
компот из сушёных фруктов	рагу из овощей	кисель из плодов или ягод свежих	рыба запечённая	рис отварной рассыпчатый
хлеб ржаной	компот из свежих ягод	хлеб ржаной	компот из свежих ягод	компот из сушёных фруктов
	хлеб ржаной		хлеб ржаной	хлеб ржаной
ПОЛДНИК				
плоды и ягоды свежие	плоды и ягоды свежие	плоды и ягоды свежие	плоды и ягоды свежие	плоды и ягоды свежие
чай с сахаром	сырники из творога со сметаной	ватрушка	кондитерские изделия	чай с сахаром
кондитерские изделия	чай с сахаром	ватрушка	чай с лимоном	сдоба обжаренная

"чудо" творожок		чай с сахаром	кефир	ряженка
У Ж И Н				
цветная капуста с маслом	печёночные оладьи	пюре из овощей	капуста тушёная	рулет с луком и яйцом
суфле куриное	капуста тушёная	котлеты или биточки рыбные запечённые	котлеты рубленые из индейки	винегрет овощной
чай с сахаром	чай с сахаром	чай с сахаром	чай с сахаром	чай с молоком
хлеб пшеничный витаминизированный	хлеб пшеничный витаминизированный с джемом	хлеб пшеничный витаминизированный	хлеб пшеничный витаминизированный	хлеб пшеничный витаминизированный