**«УТВЕРЖДАЮ»**

**Заведующий МАДОУ д/с № 7**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Пухаева Ю.Б./**

**«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г.**

**Примерное 10-ти дневное меню МАДОУ д/с № 7 (ДИЕТА)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Понедельник****1 день** | **Вторник****2 день** | **Среда****3 день** | **Четверг****4 день** | **Пятница****5 день** |
| **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** |
| Каша рисовая с маслом | Каша гречневая с маслом | Каша рисовая с маслом | Каша рисовая с маслом | Каша гречневая с маслом |
| Чай  | Чай  | Чай  | Чай  | Чай |
| Печенье с маслом | Батон с маслом | Батон с маслом | Батон с маслом | Батон с маслом |
| **Второй завтрак 10:00** | **Второй завтрак 10:00** | **Второй завтрак 10:00** | **Второй завтрак 10:00** | **Второй завтрак 10:00** |
| Чай | Чай | Чай | Чай | Чай |
| **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** |
| Салат из моркови | Суп овощной на м/б | Свекольник на м/б | Суп гороховый | Рассольник на м/б |
| Щи на м/б | Ленивые голубцы с мясом | Капуста тушеная с мясом | Солянка овощная с мясом | Плов с мясом |
| Рис отварной с мясом | Чай сладкий  | Чай сладкий  | Чай сладкий  | Чай сладкий  |
| Чай сладкий | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной |
| Хлеб ржаной |  |  |  |  |
| **Ужин** | **Ужин** | **Ужин** | **Ужин** | **Ужин** |
| Капуста тушеная с мясом | Рис отварной с мясом | Морковь тушеная с мясом | Свекла тушеная с мясом | Капуста тушеная с мясом |
| Чай  | Чай  | Чай  | Чай | Чай  |
| Батон | Батон | Батон | Батон | Батон |
| **Понедельник** **6 день** | **Вторник** **7 день** | **Среда** **8 день** | **Четверг****9 день** | **Пятниица** **10 день** |
| **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** |
| Каша рисовая с маслом | Каша гречневая с маслом | Каша рисовая с маслом | Каша рисовая с маслом | Каша гречневая с маслом |
| Чай  | Чай | Чай  | Чай  | Чай |
| Печенье с маслом | Батон с маслом  | Батон с маслом | Батон с маслом  | Батон с маслом |
| **Второй завтрак 10:00** | **Второй завтрак 10:00** | **Второй завтрак 10:00** | **Второй завтрак 10:00** | **Второй завтрак 10:00** |
| Чай | Чай, печенье | Чай, печенье | Чай, печенье | Чай, печенье |
| **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** |
| Щи на м/б | Борщ на м/б  | Салат из свеклы | Рассольник. на м/б | Суп из овощей на м/б |
| Гречка рассыпчатая с мясом | Капуста тушеная, котлета | Суп рисовый на м/б | Солянка с мясом | Овощное рагу с мясом |
| Чай сладкий  | Чай сладкий  | Капуста тушеная с мясом | Чай сладкий  | Чай сладкий  |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Чай сладкий  | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной |
|  |  | Хлеб ржаной |  |  |
| **Ужин** | **Ужин** | **Ужин** | **Ужин** | **Ужин** |
| Морковь тушеная с мясом | Гречка рассыпчатая, котлета | Рис отварной с мясом | Свекла тушеная с мясом | Гречка рассыпчатая с мясом |
| Чай  | Чай | Чай | Чай | Чай  |
| Батон | Батон | Батон | Батон | Батон |