**«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 |