**Десятидневный план-меню в МАОУ «СОШ № 16» СП «ЦРР – детский сад»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
| **Завтрак** | Каша манная молочная с маслом | Каша пшеничная молочная с маслом | Омлет натуральный | Каша ячневая молочная | Каша пшенная молочная с маслом | Каша рисовая молочная с маслом | Каша кукурузная молочная с маслом | Суп молочный с макаронными изделиями | Каша геркулесовая молочная с маслом | Омлет натуральный |
| Какао с молоком | Чай с молоком | Кофейный напиток | Какао с молоком | Чай с молоком | Чай с сахаром | Кофейный напиток | Какао с молоком | Чай с молоком | Кофейный напиток |
| Батон | Батон | Батон | Батон | Батон | Батон | Батон | Батон | Батон | Батон |
| Повидло | Сыр | Масло сливочное | Молоко сгущенное | Повидло | Сыр | Масло сливочное | Повидло | Сыр | Масло сливочное |
| **II завтрак** | Сок 100 | Фрукт | Сок 100 | Фрукт | Сок 100 | Напиток клюквенный | Сок 100 | Фрукт | Сок 100 | Фрукт |
| **Обед** | Суп-пюре из картофеля | Суп карт. с крупой и рыбными консервами | Борщ из свежей капусты со сметаной | Суп картофельный с бобовыми | Рассольник «Ленинградский» со сметаной | Суп с лапшой домашней | Суп из овощей | свекольник | Щи из свежей капусты со сметаной | Суп крестьян-ский с крупой |
| Суфле из куры | Биточки «Нежные» паровые | Котлета куриная | Тефтели рыбные | Курс тушеная с овощами | Курица в соусе с томатом | Биточки куриные | Котлета рыбная | Котлета «Нежная» паровая | Жаркое по-домашнему из куры |
| Рис отварной | Каша гречневая рассыпчатая | Макароны отварные | Картофельное пюре | Каша гречневая рассыпчатая | Картофель тушеный с овощами | Рис отварной | Макароны отварные |
| Соус молочный | Соус томатный | Соус сметанный с томатом | Соус молочный | Соус сметанный с томатом | Соус томатный |
| Компот из сухофруктов | Компот из изюма | Компот из свежих яблок | Компот из кураги | Компот из с/ф «Ассорти» | Компот из изюма | Компот из свежих яблок | Компот из сухофруктов | Компот из кураги | Компот из изюма |
| Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. | Хлеб рж/пш. |
| Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. |
| **Полдник** | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое | Молоко кипяченое |
| Булочка домашняя | Печенье | Пирожок с капустой | Булочка «Веснушка» | Печенье | Булочка «Дорожная» | Ватрушка с повидлом | Манник | Пирожок с яблоком | Печенье |
| **Ужин** | Макароны отварные | Запеканка королевская | Каша «Дружба» молочная с маслом | Сосиска отварная | Запеканка творожная с яблоками | Рагу из овощей | Пудинг творожный с рисом | Картофельное пюре | Запеканка творожная | Каша ячневая молочная |
| Икра кабачковая | Соус молочный сладкий | Соус томатный | Молоко сгущенное | Соус молочный сладкий | Капуста тушеная | Молоко сгущенное |
| Рис отварной |
| Чай с сахаром | Кисель плодово-ягодный | Чай с сахаром и лимоном | Напиток из шиповника | Кисель плодово-ягодный | Чай с сахаром и лимоном | Чай с молоком | Напиток из шиповника | Кисель плодово-ягодный | Чай с сахаром и лимоном |
| Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. | Хлеб пш. |