

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БДОУ г. Омска «Детский сад № 188 компенсирующего вида»



/ В.А. Гейко/

2023

## **ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ**

**с 12-х часовым пребыванием детей**

**БДОУ г. Омска «Детский сад № 188 компенсирующего вида»**

**(возраст детей с 3 до 7 лет)**

г. Омск

1 – день	2 - день	3 - день	4 - день	5 - день
Омлет натуральный с кукурузой Батон с маслом Чай с сахаром	Каша рисовая молочная Батон с маслом и сыром Кофейный напиток на сгущенном молоке	Творожная запеканка со сгущ.молоком Хлеб с маслом Чай с лимоном	Каша пшеничная/ячневая молочная Батон с маслом Какао с молоком	Суп молочный с вермишелью Батон с маслом Чай с сахаром
10 ч. Сок	10 ч. Фрукты/Мороженое	10 ч. Сок	10 ч. Фрукты/Мороженое	10 ч. Сок
Огурец соленый Суп рыбный Гуляш мясной Гречка отварная Соус (СМ) Компот из с/фруктов с вит «С» Хлеб урожайный	Салат свекольный с яблоком Борщ с фасолью и картофелем (СМ) Запеканка картофельная с мясным фаршем(СМ) Кисель из ягоды мороженной Хлеб урожайный	Зеленый горошек Суп с вермишелью мясной Рыба под омлетом Компот из кураги/чернослива Хлеб урожайный	Огурец соленый Суп с фрикадельками Капуста тушенная с мясом Напиток из шиповника Хлеб урожайный	Салат витаминный Суп с зеленым горошком Плов с мясом Компот из с/фруктов Хлеб урожайный
Булочка/Крендель/ Ватрушка Кисломолочный напиток	Кондитерские изделия Молоко	Булочка домашняя Кисломолочный напиток	Кондитерские изделия Молоко	Кондитерские изделия Кефир
Каша «Дружба» Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Суп молочный с вермишелью Чай сладкий Хлеб пшеничный	Пюре картофельное Икра кабачковая Чай сладкий Хлеб пшеничный	Макаронны с маслом слив. и сыром Чай сладкий с лимоном Хлеб пшеничный	Салат картофельный с яйцом и зеленым горошком Чай сладкий Хлеб пшеничный

6 - день	7 - день	8 - день	9 - день	10 - день
Омлет натуральный с кукурузой конс. Батон с маслом Коф. напиток с сгущенным молоком	Каша пшенная Батон с маслом сыром Чай с лимоном	Каша геркулесовая молочная Батон с маслом Чай сладкий	Творожная запеканка со сгущ.молоком Чай сладкий Батон с маслом	Каша манная молочная Батон с маслом Какао на молоке
10 ч. Сок	10 ч. Фрукты/Мороженое	10 ч. Сок	10ч. Фрукты/Мороженое	10 ч. Сок
Огурец соленый Суп гороховый с говядиной Ленивые голубцы Компот из кураги/чернослива Хлеб урожайный	Винегрет Суп рыбный Гречка отварная Котлета мясная Соус Кисель плодово-ягодный Хлеб урожайный	Огурец сол. Рассольник со сметаной Жаркое по-домашнему Компот из с/фруктов с вит «С» Хлеб урожайный	Салат из свеклы с яблоком Суп с клецками Суфле из мяса птицы Напиток из ягод морож. Хлеб урожайный	Икра кабачковая Борщ со сметаной Рыбная котлета Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб урожайный
Булочка/Крендель/ Ватрушка Кисломолочный напиток	Кондитерские изделия Молоко	Булочка домашняя Кисломолочный напиток	Кондитерские изделия Молоко	Кондитерские изделия Кефир
Каша ячневая Чай сладкий Хлеб пшеничный	Сырники со сгущ.молоком Чай сладкий Хлеб пшеничный	Горошница Хлеб пшеничный Чай сладкий	Суп молочный с гречкой Чай сладкий Хлеб пшеничный	Макароны с маслом и сыром Чай с лимоном Хлеб пшеничный