**Основное десятидневное меню МДОУ № \_\_\_\_ с 19.09.2022 года**

**1 неделя**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Понедельник** | | **Вторник** | | **Среда** | **Четверг** | | **Пятница** |
| **Завтрак** | Каша овсяная молочная с маслом (ТК 5)  Хлеб пшеничный  с маслом сливочным  (ТК 51)  Кофейный напиток с молоком (ТК 59) | | Каша рисовая молочная с маслом (ТК 4)  Хлеб пшеничный с  маслом сливочным (ТК 51)  Какао с молоком (ТК 70) | | Каша пшенная молочная с маслом (ТК 3)  Хлеб пшеничный  с маслом сливочным  (ТК 51)  Кофейный напиток с молоком (ТК 59) | Творожный пудинг  (ТК 6)  сметанный соус (ТК 38)  Хлеб пшеничный с  маслом сливочным  (ТК 51)  Какао с молоком (ТК 70) | | Каша манная молочная с маслом (ТК 2)  Хлеб пшеничный с  маслом сливочным  (ТК 51)  Кофейный напиток с молоком (ТК 59) |
| **2-й завтрак** | Напиток из ягод (шиповник, облепиха, черная смородина, лимон) (ТК 62, 64, 67) | | | | | | | |
|  | Фрукт (ТК 68) (банан/яблоко/мандарин) | |  | | Фрукт (ТК 68) (банан/яблоко/мандарин) |  | |
| **Обед** | Суп гороховый с мясом птицы (ТК 23)  Гуляш мясной (ТК 33)  Греча отварная с маслом (ТК 35)  Хлеб ржаной (ТК 49)  Компот из сухофруктов (ТК 63) | | Рассольник с мясом и со сметаной (ТК 22)  Котлета мясная (ТК 27)  Тушеная капуста (ТК 42)  Хлеб ржаной (ТК 49)  Компот из сухофруктов (ТК 63) | | Суп вермишелевый с курицей (ТК 20)  Ленивые голубцы (ТК 32) в томатном соусе (ТК 39)  Хлеб ржаной (ТК 49)  Компот из сухофруктов (ТК 63) | Борщ с мясом и сметаной (ТК 87)  Плов с курицей (ТК 90)  Хлеб ржаной (ТК 49)  Компот из сухофруктов (ТК 63) | | Щи с мясом и сметаной (ТК 19)  Суфле из печени (ТК 07)  Картофельное пюре(ТК 40)  Соленый огурец (ТК 9)  Хлеб ржаной (ТК 49)  Компот из сухофруктов (ТК 63) |
| **Полдник** | Бутерброд с сыром(ТК17)  Чай сладкий (ТК 61) | | Ватрушка (ТК 28)  Чай сладкий (ТК 61) | | Гренка (ТК 47)  **Чай сладкий (ТК 61)** | Бутерброд с сыром  (ТК 17)  Чай сладкий (ТК 61) | | Печенье (ТК 46)  Молоко(ТК 60) |
| **Ужин** | Салат свекольный (ТК38)  Омлет (ТК 25)  Хлеб пшеничный (ТК 48)  Чай сладкий (ТК 61) | | Вермишель молочная  (ТК 95)  Хлеб пшеничный (ТК 48)  Чай сладкий (ТК 61) | | Котлета рыбная (ТК 30)  Картофельное пюре  (ТК 40)  Хлеб пшеничный (ТК 48)  Чай сладкий (ТК 61) | Каша гречневая молочная с маслом (ТК 1)  Хлеб пшеничный (ТК 48)  Чай сладкий (ТК 61) | | Салат из свежей моркови  (ТК 13)  Макароны с маслом сливочным (ТК 41)  Яйцо отварное (ТК 10)  Хлеб пшеничный (ТК 48)  Чай с лимоном (ТК 65) |

**2 неделя**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **Завтрак** | Каша пшенная молочная с маслом (ТК 3)  Хлеб пшеничный  с маслом сливочным и  сыром (ТК 50)  Кофейный напиток с молоком (ТК 59) | Каша гречневая молочная с маслом  (ТК 1)  Хлеб пшеничный с  маслом сливочным (ТК 51)  Какао с молоком (ТК 70) | Каша геркулесовая молочная с маслом  (ТК 5)  Хлеб пшеничный  с маслом сливочным и  сыром (ТК 50)  Кофейный напиток с молоком (ТК 59) | Каша манная молочная с маслом (ТК 2)  Хлеб пшеничный с  маслом сливочным (ТК 51)  Какао с молоком (ТК 70) | Запеканка творожная  (ТК 8)  сметанный соус (ТК 38)  Хлеб пшеничный с  маслом сливочным (ТК 51)  Кофейный напиток с молоком (ТК 59) |
| **2-й завтрак** | Напиток из ягод (шиповник, облепиха, черная смородина, лимон) (ТК 62, 64, 67) | | | | |
|  | Фрукт (ТК 68) (банан/яблоко/мандарин) |  | Фрукт (ТК 68) (банан/яблоко/мандарин) |  |
| **Обед** | Суп рыбный (ТК 18)  Гуляш мясной (ТК 33)  Макароны с маслом сливочным (ТК 41)  Хлеб ржаной(ТК 49)  Компот из сухофруктов(ТК 63) | Суп картофельный с мясом и фасолью (ТК 21)  Овощное рагу с мясом (ТК 36)  Хлеб ржаной (ТК 49)  Компот из сухофруктов (ТК 63) | Салат из свежей моркови (ТК 13)  Суп «Крестьянский» с мясом и со сметаной  (ТК 24)  Котлета куриная (ТК 34)  Пюре картофельное  (ТК 40)  Хлеб ржаной(ТК 49)  Компот из сухофруктов (ТК 63) | Свекольник с мясом и сметаной (ТК 17)  Тефтели мясные (ТК 84)  Капуста тушеная (ТК 83)  Хлеб ржаной(ТК 49)  Компот из сухофруктов (ТК 63) | Суп гороховый с мясом (ТК 21)  Жаркое по-домашнему  (ТК 31)  Огурец соленый порционно (ТК 9)  Хлеб ржаной(ТК 49)  Компот из сухофруктов  (ТК 63) |
| **Полдник** | Гренка (ТК 54)  Молоко (ТК 60) | Пирог с капустой и яйцом (ТК 88)  Чай сладкий (ТК61) | Булочка домашняя (ТК78)  Чай сладкий (ТК61) | Печенье (ТК 46)  Кисель(ТК 58) | Пряник (ТК 43)  Чай несладкий (ТК 66) |
| **Ужин** | Салат из капусты и моркови (ТК 12)  Омлет (ТК 25)  Хлеб пшеничный  (ТК 48)  Чай сладкий (ТК61) | Пудинг творожный (ТК 6)  со сметанным соусом  (ТК 38)  Хлеб пшеничный (ТК 48)  Чай сладкий (ТК61) | Винегрет (ТК 15)  Яйцо отварное  (ТК 10)  Хлеб пшеничный (ТК 48)  Чай сладкий (ТК 61) | Рыба по - польски (ТК 29)  Хлеб пшеничный (ТК 48)  Чай сладкий (ТК61) | Блины (ТК 57)  со сгущенным молоком  (ТК 8)  Чай несладкий (ТК 66) |