

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска

«Детский сад № 84 «Благодать»

630096 г. Новосибирск, ул. Спортивная, 7/1 тел./факс 347-85-09

---



Утверждено:

Приказ № 149 от 01.12.2023г

Заведующий

  
Н.В.Машарова

**Примерное 10-ти дневное меню  
для детей дошкольного возраста  
(для детей с пищевой аллергией)**

1 неделя 1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Джем (порционно)	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" АД б/сах	Джем (порционно)	Каша ячневая вязкая АД (черн. смородина)	Джем (порционно)
Каша "Дружба" АД б/сах	Чай с сахаром	Каша рисовая жидкая АД (с вишней)	Напиток из шиповника	Каша кукурузная жидкая АД (с курагой)
Чай с лимоном (2-й вариант)	Батон нарезной	Чай с лимоном (2-й вариант)	Батон нарезной	Чай с лимоном (2-й вариант)
Батон нарезной		Батон нарезной		Батон нарезной
ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2
Сок фруктовый в ассортименте	Яблоко	Бананы	Апельсин	Сок фруктовый в ассортименте
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Суп картофельный с горохом	Борщ с капустой и картофелем	Соль	Соль	Соль
Соль	Соль	Рассольник ленинградский	Суп овощной	Свекольник
Гуляш из говядины	Котлета из говядины АД	Биточки из кур припущенные АД	Рыба (кета), тушеная в томате с овощами	Оладьи из печени по-кунцевски АД
Макаронные изделия отварные АД	Пюре из гороха с раст.маслом АД	Соус красный основной АД	Картофельное пюре б/молока, на раст.масле АД	Соус красный основной АД
Компот из смородины черной с/м	Компот из изюма	Каша гречневая расс. на раст.масле АД	Компот из вишни с/м	Каша перловая рассып. на раст.масле АД
Хлеб ржаной (бородино)	Хлеб ржаной (бородино)	Кисель из клюквы с/м	Хлеб ржаной (бородино)	Компот из смеси сухофруктов
Хлеб 1с пшеничный	Хлеб 1с пшеничный	Хлеб ржаной (бородино)	Хлеб 1с пшеничный	Хлеб ржаной (бородино)
		Хлеб 1с пшеничный		Хлеб 1с пшеничный
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Напиток из шиповника	Компот из сливы с/м	Напиток клубничный	Напиток брусничный	Напиток из облепихи
Фруктовое пюре в инд.упаковке	Фруктовое пюре в инд.упаковке	хлебцы гречневые	Пряники	хлебцы гречневые
Печенье	Пряники			
УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН
Голубцы ленивые	Салат из моркови АД (б/сах.)	Жаркое по-домашнему	Макаронные изделия отварные с овощами АД	Тефтели из говядины с рисом ("ежики") АД
Картофель отварной на р/масле АД	Рыба (минтай), тушеная в томате с овощами	Чай с сахаром	Чай с лимоном (2-й вариант)	Рагу из овощей
Чай с сахаром	Рис припущенный на раст.масле АД	Хлеб ржаной (бородино)	Хлеб ржаной (бородино)	Чай с сахаром
Хлеб ржаной (бородино)	Чай с лимоном (2-й вариант)	Хлеб 1с пшеничный	Хлеб 1с пшеничный	Хлеб ржаной (бородино)
Хлеб 1с пшеничный	Хлеб ржаной (бородино)			Хлеб 1с пшеничный
	Хлеб 1с пшеничный			

2 неделя 6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Повидло (порционно)	Джем (порционно)	Повидло (порционно)	Каша рисовая жидкая АД б/сах	Повидло (порционно)
Макаронные изделия отварные АД	Каша пшенная жидкая АД б/сах	Каша "Дружба" АД (брусника)	Чай с джемом/вареньем	Каша кукурузная жидкая АД (с курагой)
Чай с сахаром	Чай с лимоном (2-й вариант)	Чай б/сахара	Батон нарезной	Чай с лимоном (2-й вариант)
Батон нарезной	Батон нарезной	Батон нарезной		Батон нарезной
ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2
Сок фруктовый в ассортименте	Яблоко	Апельсин	Бананы	Сок фруктовый в ассортименте
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Огурец солёный порционно	Соль	Соль	Суп картофельный с фасолью	Соль
Суп овощной (мексиканская смесь)	Суп картофельный с макаронными изделиями	Суп с рыбными консервами	Соль	Фрикадельки мясные для супов, бульонов
Соль	Печень говяжья по-строгановски	Гуляш из говядины АД	Курица в томатном соусе АД	Суп картофельный
Плов из отварной говядины	Каша гречневая расс. на раст.масле АД	Картофельное пюре б/молока, на раст.масле АД	Каша перловая рассып. на раст.масле АД	Рыба (кета), тушеная в томате с овощами
Компот из кураги	Компот из чернослива	Компот из свежих яблок	Напиток клюквенный	Рис припущенный на раст.масле АД
Хлеб ржаной (бородино)	Хлеб ржаной (бородино)	Хлеб ржаной (бородино)	Хлеб ржаной (бородино)	Компот из смеси сухофруктов
Хлеб 1с пшеничный	Хлеб 1с пшеничный	Хлеб 1с пшеничный	Хлеб 1с пшеничный	Хлеб ржаной (бородино)
				Хлеб 1с пшеничный
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Кисель из черной смородины с/м	Напиток клюквенный	Напиток из облепихи	Напиток из шиповника	Напиток брусничный
Печенье	Фруктовое пюре в инд.упаковке	хлебцы гречневые	Вафли	хлебцы гречневые
	Пряники			
УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН
Икра свекольная	Мясо духовое АД	Винегрет овощной	Котлета из говядины АД	Шницель из говядины АД
Котлета из говядины АД	Картофельное пюре б/молока, на раст.масле АД	Суфле из кур АД	Картофель отварной на р/масле АД	Рагу из овощей АД
Чай с лимоном (2-й вариант)	Чай с сахаром	Чай с лимоном (2-й вариант)	Капуста тушеная	Кисель из кураги
Хлеб ржаной (бородино)	Хлеб 1с пшеничный	Хлеб ржаной (бородино)	Чай с сахаром	Хлеб ржаной (бородино)
Хлеб 1с пшеничный		Хлеб 1с пшеничный	Хлеб ржаной (бородино)	Хлеб 1с пшеничный
			Хлеб 1с пшеничный	