

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий БДОУ города Омска
 «Детский сад № 13»
 _____ О.А. Прокопьева
 01 декабря 2023 года

Обзорное меню

1 ДЕНЬ	2 ДЕНЬ	3 ДЕНЬ	4 ДЕНЬ	5 ДЕНЬ
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Макароны отварные с сыром Яйцо отварное Бутерброд с маслом Чай с молоком	Каша овсянная из «Геркулеса» Бутерброд с маслом, сыром Чай с молоком	Омлет натуральный Горошек зелёный (консервированный) Бутерброд с маслом, сыром Какао с молоком	Пудинг из творога с яблоком со сгущённым молоком Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом	Каша рисовая молочная Бутерброд с маслом, сыром Чай с молоком
2 ЗАВТРАК	2 ЗАВТРАК	2 ЗАВТРАК	2 ЗАВТРАК	2 ЗАВТРАК
Сок	Сок	Сок	Фрукты	Сок
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Салат из солёных огурцов с луком (лук репка) Борщ с капустой свежей и картофелем (на мясном бульоне) Гуляш из отварного мяса Картофельное пюре (гарнир) Компот из смеси сухо- фруктов (сухофрукты) Хлеб урожайный	Огурец свежий (солёный) Щи со сметаной на мясном бульоне) Азу с картофелем Кисель из плодов или ягод свежих (брусника, клюква) Хлеб урожайный	Салат из капусты до 01.03 Рассольник со сметаной Биточки из печени Компот из свежих яблок Хлеб урожайный	Огурец свежий (солёный) Суп картофельный с клёцками со сметаной Котлета из рыбы (минтай) Картофельное пюре (гарнир) Кисель из клюквы Хлеб урожайный	Огурец свежий Свекольник со сметаной Котлета из курицы Макароны отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб урожайный
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Молоко Ватрушка с творогом	Кисломолочный продукт Пряник	Молоко Пряник	Кисломолочный продукт Печенье сахарное	Молоко Гренки
УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН
Каша пшённая Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Запеканка из творога со сгущённым молоком Фрукт Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Картофельное пюре Кабачковая икра Шницель из курицы Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Капуста тушёная Шницель из курицы Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Рыба запеченная в омлете Икра из кабачков Чай с сахаром Хлеб пшеничный

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Каша ячневая молочная Бутерброд с маслом , сыром Чай с молоком	Каша овсяная из «Геркулеса» Бутерброд с маслом Кофейный напиток с молоком	Каша манная молочная Бутерброд с маслом , сыром Какао с молоком	Каша пшённая на молоке с маслом Бутерброд с маслом Чай с молоком	Омлет натуральный Зелёный горошек консервированный Бутерброд с маслом ,сыром Кофейный напиток с молоком
2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак
фрукты	Сок	Фрукты	Сок	Фрукты
обед	обед	обед	обед	обед
Салат из свеклы с черносливом Щи на мясном бульоне Гуляш из отварного мяса Картофельное пюре Компот из свежих яблок Хлеб урожайный	Огурцы консервированные (солёные) Суп вермишелевый (на мясном бульоне) Биточки из курицы Каша гречневая рассыпчатая Компот из смеси Сухофруктов Хлеб урожайный	Огурец свежий Суп картофельный с бобовыми Домашнее жаркое Компот из свежих яблок Хлеб урожайный	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом до 01.03 Салат из припущенной моркови Суп из овощей со сметаной Котлеты, биточки, шницели рубленые Соус сметанный с томатной пастой Пюре картофельное (гарнир) Компот из сушеных фруктов (сухофрукты) Хлеб пшеничный	Огурец свежий Борщ со свежей капустой Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша) Рис отварной (гарнир) Кисель из плодов и ягод Хлеб урожайный
полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
Молоко Вафли	Молоко печенье	Кисломолочный продукт Сдоба обыкновенная	Кисломолочный продукт Крендель сахарный	Молоко Пряник
ужин	ужин	ужин	ужин	ужин
Огурец свежий Макаронны отварные Оладьи из печени Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Запеканка из творога со сгущённым молоком Салат из моркови с курагой Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Икра из кабачков Рыба запечённая под омлетом Чай с сахаром и лимоном Хлеб пшеничный	Пудинг из творога с яблоками со сгущённым молоком Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Бигус с мясом Чай сахаром Хлеб пшеничный