

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БДОУ г. Омска

«Детский сад № 13»

О.А. Прокопьева

2025 г.



Примерное десятидневное меню БДОУ г. Омска «Детский сад №13»

1 ДЕНЬ	2 ДЕНЬ	3 ДЕНЬ	4 ДЕНЬ	5 ДЕНЬ
<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>
Каша пшённая молочная	Пудинг творожный с яблоками и сгущённым молоком	Омлет натуральный	Каша ячневая молочная	Каша манная молочная
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом, сыром	Зелёный горошек	Бутерброд с маслом, сыром	Бутерброд с маслом
Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком
<b>2 завтрак</b>	<b>2 завтрак</b>	<b>2 завтрак</b>	<b>2 завтрак</b>	<b>2 завтрак</b>
Фрукты	Сок	Фрукты	Сок	Фрукты
<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>
Салат из моркови/ Салат из свежей капусты до 01.03.	Салат из свеклы	Салат из моркови/ Салат из свежей капусты до 01.03.	Салат из свеклы с зеленым горошком	Салат из моркови/ Салат из свежей капусты до 01.03.
Борщ со свежей капустой	Щи со сметаной	Рассольник со сметаной	Суп картофельный с клёцками со сметаной	Свекольник со сметаной
Азу с картофелем	Шницель из курицы	Оладьи из печени	Биточки из курицы	Бефстроганов из печени
Компот из смеси сухофруктов	Картофельное пюре (гарнир)	Рис отварной (гарнир)	Картофельное пюре (гарнир)	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)
Хлеб урожайный	Кисель из плодов или ягод	Компот из смеси сухофруктов	Кисель из клюквы	Компот из смеси сухофруктов
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>
Хлеб урожайный	Хлеб урожайный	Хлеб урожайный	Хлеб урожайный	Хлеб урожайный
Молоко	Молоко	Кисломолочный продукт	Молоко	Молоко
Ватрушка с повидлом	Пряник	Крендель сахарный	Печенье	Зефир/Тренки
<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>
Макаронные отварные с сыром	Овощи тушеные	Икра из кабачков	Запеканка творожная со сгущённым молоком	Котлета мясная
Чай с сахаром	Рыба запечённая под омлетом	Картофель тушеный	Чай с сахаром	Капуста тушеная
Хлеб пшеничный	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный	Чай с сахаром
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный

6 ДЕНЬ	7 ДЕНЬ	8 ДЕНЬ	9 ДЕНЬ	10 ДЕНЬ
<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>
Каша манная молочная Бутерброд с маслом Чай с молоком	Каша овсяная из «Геркулеса» Бутерброд с маслом, сыром Кофейный напиток с молоком	Запеканка творожная со стуженным молоком Бутерброд с маслом Какао с молоком	Каша пшеничная молочная Бутерброд с маслом, сыром Чай с молоком	Омлет натуральный Овощи тушеные Бутерброд с маслом Кофейный напиток с молоком
<b>2 завтрак</b>	<b>2 завтрак</b>	<b>2 завтрак</b>	<b>2 завтрак</b>	<b>2 завтрак</b>
Сок	Фрукты	Сок	Фрукты	Сок
<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>
Салат из свеклы с черносливом Щи со сметаной Котлета мясная Картофельное пюре Кисель из плодов или ягод Хлеб урожайный	Салат из моркови/ Салат из свежей капусты до 01.03. Суп вермишелевый Бефстроганов из курицы Каша гречневая рассыпчатая (гарнир) Компот из смеси сухофруктов Хлеб урожайный	Салат из свеклы с солёным огурцом Суп из овощей со сметаной Биточки из печени Горошница (гарнир) Соус сметанный Кисель из плодов или ягод Хлеб урожайный	Салат из моркови/ Салат из свежей капусты до 01.03. Суп картофельный с бобовыми Гуляш из отварного мяса Картофельное пюре (гарнир) Компот из смеси сухофруктов Хлеб урожайный	Борщ со свежей капустой Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша) Рис отварной (гарнир) Кисель из плодов или ягод Хлеб урожайный
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>	<b>ПОЛДНИК</b>
Молоко Крендель сахарный <b>УЖИН</b>	Молоко Печенье <b>УЖИН</b>	Кисломолочный продукт Сдоба обыкновенная <b>УЖИН</b>	Молоко Вафли <b>УЖИН</b>	Молоко Пряник/Гренки <b>УЖИН</b>
Пудинг творожный с яблоками и стуженным молоком Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Консервированная кукуруза Суфле рыбное с рисом (минтай) Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Икра из кабачков Картофельное пюре Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Биточки из курицы Каша перловая рассыпчатая Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Икра из кабачков Макаронные отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный