

Примерное десятидневное меню для детей с 1-3 лет и с 3-7 лет с 12 часовым пребыванием

2

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Макаронны отварные с сыром Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Каша жидкая рисовая с сахаром и маслом Бутерброд с маслом Кофейный напиток с молоком	Каша жидкая пшеничная с сахаром и маслом Бутерброд с сыром Какао с молоком	Каша жидкая манная с сахаром и маслом Бутерброд с маслом Чай с молоком	Суп молочный с вермишелью Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Макаронны отварные с сыром Бутерброд с маслом Чай с сахаром	Каша жидкая пшеничная Бутерброд с маслом Кофейный напиток с молоком	Каша жидкая овсяная Бутерброд с маслом Какао с молоком	Каша жидкая овсяная с сахаром Бутерброд с сыром Чай с сахаром	Суп молочный с крупой рисовой Бутерброд с маслом Чай с молоком
2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак
Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок	Сок
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Борщ с мясом и сметаной Запеканка картофеля с мясом Компот из свежих яблок/груш Хлеб ржаной	Суп картоф. На м/к бульоне с мясными фрикаделькам и Гуляш из отварного мяса греча отварная рассыпчатая Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Суп картофельный с бобовыми и птицей Котлета рыбная Пюре картофельное Компот из кураги Хлеб ржаной	Бульон куриный с гренками Плов с птицей Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Суп картофельный с крупой рисовой и рыбой Котлета мясная Капуста тушеная Компот из изюма Хлеб ржаной	Рассольник «Ленинград» с мясом и сметаной Жаркое домашнему Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом птицы со сметаной Тефтели мясные с соусом для запекания Греча отварная Компот из свежих яблок/ груш Хлеб ржаной	Борщ с мясом картофелем и сметаной Рыба тушеная с овощами Рис отварной Компот из сушеных фруктов изюм Хлеб ржаной	Суп лапша с курицей Голубцы ленивые с соусом для запекания Пюре картофельное Компот из сушеных фруктов курага Хлеб ржаной	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне Котлета из птицы Овощное рагу Компот из сухофруктов Хлеб ржаной
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Омлет натуральный Хлеб пшеничный Молоко кипяченое Фрукт	Запеканка из творога с молочным соусом Кефир/Ряженка с сахарным сиропом	Ватрушка с творогом/ Пирожок с капустой Кисель фрукт	Рыба запеченная в омлете Хлеб пшеничный Чай Сладкий	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком Чай с молоком	Плюшка Кисель Фрукт	Сырники из творога с молочным соусом «Снежок» Фрукт	Оладьи с джемом Чай сладкий с молоком Фрукт	Лапшевник с творогом и, сгущенным молоком Чай с сахаром Фрукт	Пирожок с повидлом Молоко кипяченое Фрукт

