|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Примерное десятидневное меню для детей с 1-3 лет и с3-7 лет с 12 часовым пребыванием** |  |  |
| **1 день** | **2 день** | **3 день** | **4 день** | **5 день** | **6 день** | **7 день** | **8 день** | **9 день** | **10 день** |
| **Завтрак**  | **Завтрак**  | **Завтрак**  | **Завтрак**  | **Завтрак**  | **Завтрак**  | **Завтрак**  | **Завтрак**  | **Завтрак**  | **Завтрак**  |
| Макароны отварные с сыром Бутерброд с масломЧай с сахаром  |  Каша жидк.рисов.с сахаром и масломБутерброд с масломКофейн.напиток с молоком |  Каша жидк.пшён.с сахаром и маслом.Бутер с сыром.Чай с молоком. |  Каша жид.манная.с сахаром и маслом.Бутерброд с маслом.Какао с молоком. |  Суп молочный с вермиш.Бутерброд с маслом.Кофейный напиток с молоком. |  Каша вязкая гречневая.Бутерброд с маслом.Чай с сахаром. |  Каша жид.Дружба.с сахаром и маслом.Бутерброд с сыром.Какао с молоком |  Запеканка творожная .Бутерброд с сыром .Чай с молоком. |  Суп молочный с крупой рисовой.Бутер с маслом.Какао с молоком. |  Каша жид.овсяная.с сахаром и маслом. Бутерброд с маслом . Кофейный напиток |
| **2 завтрак** | **2 завтрак** | **2 завтрак** | **2 завтрак** | **2 завтрак** | **2 завтрак** | **2 завтрак** | **2 завтрак** | **2 завтрак** | **2 завтрак** |
| Сок |  Сок |   Сок |  Кефир с сахар. сироп. |   Сок |   Сок |  Банан |  Кефир с сахар.сироп. |   Сок |   Сок |
| **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** |
| Суп картофельный с фрикадельками Гуляш из отварного мясаКаша гречнев.рассыпчатая.КисельХлеб ржаной | Борщ с мясом и сметанойЗапеканка картофельная с мясомКомпот из сушёных фруктов(кураги)Хлеб ржаной | Суп картоф. С бобовыми и птицейКотлета рыбная запеч.Пюре картоф.Компот из свеж.плодов(апельсин)Хлеб ржаной |  Бульон курин.с гренками.Плов с птицейКисель.Хлеб ржаной |  Суп картофельный с крупой рисовой и рыбой.Котлета рубленая мясная.Капуста тушеная.Компот из изюма.Хлеб ржаной |  Суп с рисом с мясом.Жаркое по-домашнему.Компот из свежих плодов (мандаринов)Хлеб ржаной |  Щи из свежей капусты с мясом со сметаной.Тефтели мясные.Вермишель отварная.Компот из свежих плодов (яблок)Хлеб ржаной |  Борщ с картофелем и сметаной.Рыба тушёная с овощами.Картофельное пюре.Компот из сушён.фруктов(смесь)Хлеб ржаной |  Суп картоф. С мак издел. И птицей.Котлета рубленая из птицы.Рагу из овощей.Кисель.Хлеб ржаной |  Суп картоф. С клёцками и с птицей.Голубцы ленивые. Компот из сушёных фруктов (кураги)Хлеб ржаной |
| **Полдник** | **Полдник** | **Полдник** | **Полдник** | **Полдник** | **Полдник** | **Полдник** | **Полдник** | **Полдник** | **Полдник** |
| Омлет натуральныйХлеб пшеничныйМолоко кипячен. | Пудинг из творогаКефир с сахарным сиропом | Ватрушка с творогом.Ряженка с сахарным сиропом | Яйцо отварное.Булка .Чай с сахаром и с лимоном | Вафли.Кисель.Фрукт | Оладьи со сгущённым молоком.Молоко кипячёное | Сырники из творога со сгущ.молокомКефир с сахарным сиропом | Пирожок с мясом и луком.Чай с лимоном.Йогурт. | Рыба запечёная в омлете.Булка.Молоко кипячёное. | Вафли.Чай с сахаром. Фрукт. |