|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 маслом  Чай с сахаром | Каша жидк.рисов.с сахаром и маслом  Бутерброд с маслом  Кофейн.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 мяса  Каша гречнев.  рассыпчатая.  Кисель  Хлеб ржаной | Борщ с мясом и сметаной  Запеканка картофельная с мясом  Компот из сушёных фруктов  (кураги)  Хлеб ржаной | Суп картоф. С бобовыми и птицей  Котлета рыбная запеч.  Пюре картоф.  Компот из свеж.плодов  (апельсин)  Хлеб ржаной | Бульон курин.с гренками.  Плов с птицей  Кисель.  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 натуральный  Хлеб пшеничный  Молоко кипячен. | Пудинг из творога  Кефир 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.молоком  Кефир с сахарным сиропом | Пирожок с мясом и луком.Чай с лимоном.  Йогурт. | Рыба запечёная в омлете.  Булка.  Молоко кипячёное. | | Вафли.  Чай с сахаром.  Фрукт. | |