

**Десятидневное меню для детей от 1,5 до 7 лет**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
ЗАВТРАК	1. Каша гречневая (молочная) 2. Чай с сахаром 3.Бутерброд с маслом	1. Пудинг из творога (запеченный) или запеканка из творога 2. Кисель из концентрата 3. Кофейный напиток с молоком 4.Бутерброд с маслом и сыром	1. Рыба, запеченная в омлете 2. Соус молочный 3. Чай с сахаром или чай с молоком или сливками 4.Бутерброд с маслом	1. Вермишель молочная 2. Какао с молоком 3.Бутерброд с маслом	1 Каша из пшена и риса «Дружба» жидкая. 2. Кофейный напиток с молоком 3.Бутерброд с маслом	1.Каша жидкая (манная) 2. Яйца вареные 3. Чай с сахаром 4.Бутерброд с маслом	1.Сырники из творога или пудинг из творога с рисом. 2.Кисель из концентрата 3.Кофейный напиток с молоком 4.Бутерброд с маслом	1.Каша овсяная «Геркулес» 2.Чай с сахаром 3.Бутерброд с маслом	1.Каша жидкая (пшеничная) 2. Какао с молоком 3.Бутерброд с маслом	1. Каша жидкая (рисовая) 2. Кофейный напиток с молоком 3.Бутерброд с маслом
ОБЕД	1. Салат из горошка зеленого консервированного 2.Щи из свежей капусты с картофелем 3 Запеканка из мяса с рисом 4. Соус томатный 5. Компот из сушеных фруктов 6.Хлеб ржаной	1.Салат из свежих овощей 2. Рассольник ленинградский 3. Жаркое по-домашнему 4. Компот из сушеных фруктов 5.Хлеб ржаной	1. Салат из свежих овощей или салат из зеленого горошка консервированный 2. Борщ с картофелем и капустой 3.Запеканка картофельная с мясом или печенью 4. Соус томатный 5. Компот из сушеных фруктов 6.Хлеб ржаной	1. Суп картофельный (с филе из кур) 2. Котлеты, биточки рубленые из птицы 3.Сложный гарнир: Пюре картофельное + Капуста тушеная 4. Компот из сушеных фруктов 5.Хлеб ржаной	1. Салат из свежих овощей 2. Суп картофельный с крупой на м/б 3.Капуста тушеная с мясом 4. Компот из сушеных фруктов 5.Хлеб ржаной	1. Щи из свежей капусты с картофелем 2.Гуляш из отварного мяса или подлива на тушенке 3. Каша гречневая рассыпчатая 4. Компот из сушеных фруктов 5.Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с клецками или крупой на мясном бульоне 2. Овощное рагу 3. Компот из сушеных фруктов 4.Хлеб ржаной	1. Борщ с картофелем 2.Котлета рыбная «Любительская» или суфле из рыбы 3. Макароны отварные 4.Соус томатный 5. Компот из сушеных фруктов 6.Хлеб ржаной	1 Суп картофельный с макаронными изделиями (с филе из кур) 2. Суфле куриное или котлета рубленая из птицы 3.Сложный гарнир: пюре картофельное + пюре из свеклы или пюре картофельное 4. Компот из сушеных фруктов 5.Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с бобовыми или суп картофельный на мясном бульоне 2. Гренки пшеничные 3.Котлета рубленая мясная или пудинг из говядины 4. Капуста тушеная или пюре гороховое 5. Компот из сушеных фруктов 6.Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	1 Молоко кипяченое 2. Ватрушка с творогом 3.Фрукт	1.Сок фруктовый 2.Салат картофельный с соленым огурцом 3.Хлеб пшеничный 4.Фрукт	1.Йогурт 2. Печенье 3.Фрукт	1 Кисель из концентрата 2.Салат из моркови или свеклы или бутерброд с повидлом 3. Хлеб пшеничный 4.Фрукт	1.Молоко кипяченое 2.Оладьи со сливочным маслом или гренка с сыром 3.Фрукт	1 Молоко кипяченое 2.Пирожок печеный с повидлом 3.Фрукт	1.Молоко кипяченое 2.Омлет натуральный 3. Хлеб пшеничный 4.Фрукт	1.Йогурт 2Гренка с сыром или бутерброд с повидлом 3.Фрукт	1.Сок фруктовый 2. Биточки или котлеты манные с киселем 3.Фрукт	1. Кисель из концентрата или чай с сахаром 2. Винегрет 3.Хлеб пшеничный 4.Фрукт