

Примерное десятидневное меню для детей с 1-3 лет и с 3-7 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
Макароны 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 с молоком Чай с молоком	Каша жидкая манная с сахаром и маслом Бутерброд с маслом Какао с молоком	Суп молочный с вермишелью Бутерброд с маслом Кофейный напиток с молоком	Каша вязкая гречневая Бутерброд с сыром Чай с сахаром	Каша жидкая «Дружба» с сахаром Бутерброд с сыром Какао с молоком	Запеканка творожная Бутерброд с сыром Чай с молоком	Суп молочный с крупой рисовой Бутерброд с маслом Какао на молоке	Каша жидкая овсяная с сахаром Бутерброд с маслом Кофейный напиток с молоком
2 завтрак Сок	2 завтрак Сок	2 завтрак Сок	2 завтрак Кефир с сахарным сиропом	2 завтрак Сок	2 завтрак Сок	2 завтрак банан	2 завтрак Кефир с сахарным сиропом	2 завтрак Сок	2 завтрак Сок
Обед Суп картоф. с фрикадел. Гуляш из отварного мяса Каша гречневая рассыпчатая Кисель из повидла Хлеб ржаной	Обед Борщ с мясом и сметаной Запеканка картофел. с мясом Компот из сушеных фруктов (кураги) Хлеб ржаной	Обед Суп картофельный с бобовыми и птицей Котлеты рыбные запеченные Пюре картофельное Компот из свежих плодов (апельсины) Хлеб ржаной	Обед Бульон куриный с гренками Плов с птицей Кисель из джема Хлеб ржаной	Обед Суп картофельный с крупой рисовой и рыбой Котлета рубленая Капуста тушеная Компот из изюма Хлеб ржаной	Обед Рассольник «Ленинград» с мясом и сметаной Жаркое подомашнему Компот из свежих плодов (мандаринов) Хлеб рж.	Обед Щи из свежей капусты с картофелем и мясом со сметаной Тфтели мясные Вермишель отварная Компот из свежих плодов (яблоков) Хлеб ржаной	Обед Борщ с картофелем и сметаной Рыба тушеная с овощами Картофельное пюре Компот из сушеных фруктов (смесь) Хлеб ржаной	Обед Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей Котлета рубленая из птицы Рагу из овощей Кисель из повидла Хлеб рж.	Обед Суп картофельный с клецками и с птицей Голубцы ленивые Компот из сушеных фруктов (кураги) Хлеб рж.
Полдник Омлет натуральный Хлеб пшеничный Молоко кипяченое	Полдник Пудинг из творога Кефир с сахарным сиропом	Полдник Ватрушка с творогом Ряженка с сахарным сиропом	Полдник Яйцо отварное Салат из свеклы Булка Чай сладкий	Полдник Вафли Кисель из повидла Фрукт	Полдник Оладьи со сгущенным молоком Молоко кипяченое	Полдник Сырники из творога со сгущенным молоком Кефир с сахарным сиропом	Полдник Пирожок с мясом и луком Йогурт Чай с лимоном	Полдник Рыба запеченная в омлете Булка Молоко кипяченое	Полдник Вафли Чай с молоком фрукт