

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

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1. Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» 2. Чай с сахаром 3. Бутерброд с маслом	1. Сырники из творога запеченные, соус из повидло 2. Какао с молоком 3. Бутерброд с маслом, сыр	1. Тефтели рыбные тушеные, от вареных макарон с маслом, том. соус 2. Чай с сахаром 3. Бутерброд с маслом	1. Каша «Дружба» 2. Кофейный напиток с молоком 3. Хлеб пшеничный с маслом	1. Каша гречневая молочная жидкая 2. Кофейный напиток с молоком 3. Бутерброд с маслом	1. Яйцо вареное 1/2 1. Каша манная молочная жидкая 2. Чай с сахаром 3. Бутерброд с маслом	1. Пудинг из творога запеченный, соус из повидло 2. Какао с молоком 3. Бутерброд с маслом, сыр	1. Каша гречневая молочная жидкая 2. Чай с сахаром 3. Бутерброд с маслом	1. Каша пшеничная молочная жидкая 2. Кофейный напиток с молоком 3. Бутерброд с маслом	1. Каша рисовая молочная жидкая 2. Кофейный напиток с молоком 3. Бутерброд с маслом
1. Суп картофельный с бобовыми на м/б, гречки 2. Голубцы ленивые с мясом (фарм. мясе) 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Щи из св. капусты на м/б 2. Пудинг из говядины, рис рассыпчатый, соус том. 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Борщ с картоф. и капустой на м/б 2. Картофельная запеканка с мясом (печенье), б/соус или печенье по строгановски с картоф. пюре 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с курицей 2. Котлета куриная, тушеная капуста 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Рассольник ленинградский на мясном бульоне 2. Суфлеры-картоф. пюре 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Щи из св. капусты на м/б 2. Гуляш из говядины, отварные макароны с маслом 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с клецками на м/бульоне 2. Биточки из говядины, пюре гороховое с маслом 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с рыбой 2. Рагу овощное с мясом 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Суп картоф. с макаронными изделиями с курицей 2. Суфле из филе кур, сложный гар. (картоф. пюре, капуста тушеная) 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной	1. Свекольник на м/бульоне 2. Котлета рыбная любит, картофельное пюре 3. Компот из сухих фруктов 4. Хлеб ржаной
1. Ватрушка с творогом или булочка творожная 2. Молоко кипяченое 3. Фрукт	1. Салат из овощей 2. Хлеб пшеничный 3. Кисель из концентрата плодового или ягодного	1. Биточки или котлеты мясные, соус из киселя 2. Молоко кипяченое 3. Фрукт	1. Омлет с морковью 2. Печенье 3. Йогурт	1. Винегрет 2. Хлеб пшеничный 3. Сок фруктовый	1. Слоба обыкновенная или булочка домашняя 2. Молоко кипяченое 3. Фрукт	1. Салат из овощей 2. Хлеб пшеничный 3. Кисель из концентрата плодового или ягодного	1. Омлет натуральный 2. Печенье 3. Молоко кипяченое	1. Салат из овощей 2. Хлеб пшеничный 3. Йогурт	1. Блинчики, соус из повидло 2. Сок фруктовый 3. Фрукт