

Десятидневное меню на зимне-весенний период (1-3 лет)

Утверждаю

Е.И. Авиллова

	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак	Омлет натуральный. Икра кабачковая	Бутерброд с сыром и маслом Суп молочный с крупой (гречка)	Каша «дружба» Яйцо вареное	Бутерброд с маслом Суп молочный «геркулес»	Суп молочный с макаронными изделиями ½ яйцо вареное	Омлет натуральный. Икра кабачковая	Бутерброд с маслом и сыром Суп рисовый молочный	Суп молочный макаронными изделиями ½ яйцо вареное	Бутерброд с сыром и маслом Суп молочный манный	Бутерброд с маслом Суп молочный с лапшой
10 часов	Чай	Какао на молоке	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	Чай с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток на молоке	Чай с молоком	Чай с лимоном	Какао с молоком
Обед	Хлеб пшеничный Конд.изд. пряник	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный Конд.изд. пряник	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
	Сок фруктово-ягодный	Яблочно	Ряженка	Сок яблочный	Сок яблочно-ягодный	Сок фруктово-ягодный	Яблоко	Молоко кипяченое	Банан	Сок яблочный
	Овощи натуральные соленные (помидор)	Овощи натуральные соленные (огурец)	Икра морковная	Капуста квашеная	Овощи натуральные соленные (огурец)	Овощи натуральные соленные (огурец)	Икра кабачковая	Икра свекольная	Овощи натуральные соленные (помидор)	Овощи натуральные соленные (помидор)
	Борщ с капустой и картофелем	Рассольник ленинградский со сметаной	Суп картофельный с бобовыми	Суп из овощей с фасолью	Суп из овощей с сметаной	Суп из овощей с сметаной	Рассольник со сметаной	Суп крестьянский с крупой	Суп картофельный с клецками на м/б	Щи из свежей капусты с картофелем
	Мясо отварное	Биточки рыбные	Картофельная запеканка с мясом	Плов из отварной птицы	Плов из говядины паровые	Плов из говядины паровые	Фрикадельки рыбные	Плов из отварной говядины	Рыба, тушенная в сметанном соусе	Бифстроганов из отварной говядины
	Пюре картофельное	Капуста тушенная	Компот из смеси сухофруктов	Компот из смеси сухофруктов	Сложный гарнир	Сложный гарнир	Картофель отварной	Сок фруктово-ягодный	Пюре картофельное	Каша гречневая рассыпчатая
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Компот из смеси сухофруктов
полдник	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный
	Икра свекольная	Запеканка из творога	Булочка домашняя	Овощи натуральные соленные (помидор)	Овощи натуральные соленные (помидор)	Запеканка из творога	Рагу овощное	Сырники из творога запеченные	Овощи в молочном соусе	Сдоба обыкновенная (плюшка)
	Макаронник с печенью	Соус молочный сладкий	Соус молочный сладкий	Соус молочный сладкий	Соус молочный сладкий	Соус молочный сладкий	Сердце в соусе	Соус молочный сладкий		
	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Молоко кипяченое	Кофейный напиток на молоке	Кофейный напиток на молоке	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	Ряженка	Кофейный напиток на молоке	Йогурт
	Хлеб пшеничный	Фрукты св. апельсин	Фрукты св. апельсин	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Фрукты св. яблоко