



Примерное десятидневное меню для организации питания детей весенне-летний период

<p><b>1 день – понедельник</b> <u>Завтрак:</u> Каша кукурузная молочная с маслом Чай с сахаром и молоком Печенье <u>2 завтрак:</u> Банан <u>Обед:</u> Салат из свежего огурца Щи со сметаной, с мясом Ёжики в соусе Сок Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Оладьи со стуженным молоком Чай с сахаром</p>	<p><b>2 день – вторник</b> <u>Завтрак:</u> Каша пшеничная молочная с маслом Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом <u>2 завтрак:</u> Яблоко Банан <u>Обед:</u> Салат из свеклы Суп картофельный с мясом Биточек рыбный с соусом Рис отварной с маслом Кисель Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Рагу овощное Чай с сахаром Хлеб пшеничный</p>	<p><b>3 день – среда</b> <u>Завтрак:</u> Каша манная молочная с маслом Какао с молоком Бутерброд с повидлом <u>2 завтрак:</u> Снежок <u>Обед:</u> Салат из свежей капусты Борщ на мясном бульоне со сметаной Жаркое по-домашнему Напиток из плодов шиповника Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Макароны отварные с маслом и сыром Чай с сахаром</p>	<p><b>4 день – четверг</b> <u>Завтрак:</u> Каша пшеничная молочная с маслом Чай с сахаром и молоком Бутерброд с маслом <u>2 завтрак:</u> Сок <u>Обед:</u> Салат из зеленого горошка Суп молочный с картофелем и яйцом Биточек мясной с соусом Греча рассыпчатая с маслом сливочным Компот из свежих яблок и лимона Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Запеканка творожная с молочным соусом Снежок</p>	<p><b>5 день – пятница</b> <u>Завтрак:</u> Каша рисовая молочная с маслом Кофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром <u>2 завтрак:</u> Яблоко <u>Обед:</u> Салат из свежего огурца Суп гороховый с курой Котлета рыбная с соусом Пюре картофельное Компот из сухофруктов Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Суп молочный с макаронными изделиями ½ вареного яйца Чай с сахаром Хлеб пшеничный</p>
<p><b>6 день – понедельник</b> <u>Завтрак:</u> Каша пшеничная молочная с маслом Какао с молоком Печенье <u>2 завтрак:</u> Банан <u>Обед:</u> Салат из свежего огурца Суп картофельный с крупой и мясом Котлета мясная с соусом Макароны отварные с маслом Компот из плодов шиповника Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Оладьи с повидлом Чай с сахаром</p>	<p><b>7 день – вторник</b> <u>Завтрак:</u> Каша манная молочная с маслом Чай с сахаром и молоком Бутерброд с повидлом <u>2 завтрак:</u> Яблоко <u>Обед:</u> Салат из свеклы Бульон куриный с гречками Птица тушенная с овощами Компот из сухофруктов Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Пудинг творожный со сметанным соусом Снежок</p>	<p><b>8 день – среда</b> <u>Завтрак:</u> Каша кукурузная молочная с маслом Кофейный напиток с молоком Бутерброд с сыром <u>2 завтрак:</u> Банан <u>Обед:</u> Салат из свежей капусты Свекольник с яйцом со сметаной Биточек рыбный с соусом Пюре картофельное Сок Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Рагу овощное Чай с сахаром Хлеб пшеничный</p>	<p><b>9 день – четверг</b> <u>Завтрак:</u> Каша ячневая молочная с маслом Какао с молоком Бутерброд с маслом <u>2 завтрак:</u> Банан <u>Обед:</u> Салат из свежего огурца Суп овощной на курином бульоне со сметаной Плов из птицы Кисель Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Запеканка творожная со стуженным молоком Чай с сахаром</p>	<p><b>10 день – пятница</b> <u>Завтрак:</u> Каша геркулесовая молочная с маслом Чай с сахаром и молоком Бутерброд с сыром <u>2 завтрак:</u> Яблоко <u>Обед:</u> Салат из зеленого горошка Суп картофельный с макаронными изделиями на м/б Ленивые голубцы с мясом Компот из свежих яблок и лимона Хлеб ржаной <u>Полдник:</u> Омлет Молоко Хлеб пшеничный</p>