

Примерное меню для детей от 1,5 до 7 лет

Зима-весна 1

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
<b>Завтрак</b>				
Каша пшеничная	Каша дружба молочная	Каша манная молочная	Каша пшеничная молочная	Каша геркулесовая
Хлеб пшеничный.Масло.	Хлеб пшеничный.Масло\Сыр	Хлеб пшеничный.Масло.Сыр	Хлеб пшеничный .Масло	Хлеб пшеничный.Масло
Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке
<b>Второй завтрак</b>				
10.00 сок фруктовый	10.00 сок фруктовый Фрукты	10.00сок фруктовый \фрукты	10.00 сок фруктовый \фрукты	10.00 сок фруктовый \фрукты
<b>Обед</b>				
Свёкла	Огурец солёный	Икра кабачковая	Салат из квашен. капусты и лука	Икра кабачковая
Суп картофельный с мясом	Суп карт.с крупой на кур.булье	Суп лапша с мясом кур	Суп свекольн. на м\б со сметаной	Суп овощной с мясом
Рагу овощное с мясом	Суфле- из вар.кур с карт. пюре	Котлета мясная с овощ.рагу	Бефстрог из в\мяса отв.макарон	Плов с мясом
Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов
Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный
<b>Уплотнённый полдник</b>				
Салат из моркови	Уплотнённый полдник	Уплотнённый полдник	Уплотнённый полдник	Уплотнен полдник
Пудинг творожный со смет.соусом	Биточки рыбные с туш.овощами	Салат из моркови	Рыбный пудинг с карт.пюре	Салат карт.с солёным огурцом
Плюшка. Яйцо	.Кондитер. изд.Чай с молоком	Пудинг творожный .со смет.соусом	Огурец солёный	Омлет
Чай с молоком	Хлеб пшеничный .Яйцо	Кондит.издел.Чай с молоком	Чай с молоком Яйцо	Пирог с повидлом.Чай с молоком
Хлеб пшеничный		Булочка домашняя	Хлеб пшеничный	
<b>День 6</b>				
<b>Завтрак</b>				
Суп молочн.с макар.изделиями	Каша гречневая молочная	Каша кукурузная молочная	Каша из ассорти круп.(гречка,рис)	Каша рисовая молочная
Хлеб пшеничный.Масло	Хлеб пшеничн.Масло.Сыр	Хлеб пшеничный.Масло. Сыр	Хлеб пшеничный.Масло	Хлеб пшеничный .Масло
Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке
<b>Второй завтрак</b>				
10.00 сок фруктовый	10.00 сок фруктовый Фрукты	10.00 сок фруктовый \фрукты	10.00 сок фруктовый \фрукты	10.00сок фруктовый \фрукты
<b>Обед</b>				
Салат из свеклы	Обед	Обед	Обед	Обед
Суп карт.с бобовыми на м\бульоне	Икра кабачковая	.Огурец солёный	С вёкла дольками	Салат из \св\капусты\квашеной
Гуляш из вар.мяса с гречкой	Суп рассольник на к\к бул со сметан	Щи с мясом кур и сметаной	Суп крестьянский с мясом и сметан.	Борщ с мясом
Компот из с\фруктов	Котлета кур. пар.с карт.овощ.тушен.	Тефтели мясо\крупяные.с карт\пюре	Рулет мясной с тушеной капустой	Жаркое по домашнему
Хлеб ржаной,пшеничный	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов
	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный
<b>Уплотнённый завтрак</b>				
Салат из моркови	Уплотнённый завтрак	Уплотнённый завтрак	Уплотнённый завтрак	Уплотнённый завтрак
Запеканка творожная со см.соусом	Суфле рыбное с овощ.рагу	Салат из моркови	Котлета рыбная	Салат карт. с солёным огурцом
Гребешки.Чай с молоком	.Кондит.издел.Чай с молоком	Пудинг твор. с рисом с повидло	Карт.пюре Огурец солёный	Пирог с капустой свежей
	Хлеб пшеничный .Яйцо	.Конд.издел.Чай с молоком	Хлеб пшеничныйЧай с молоком	Омлет. Чай с молоком
		Булочка домашняя	Яйцо	

Примерное меню для детей от 1,5 до 7 лет

Лето 2024

День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша пшеничная молочная	Каша дружба молочная	Каша манная молочная	Каша пшеничная молочная	Каша геркулесовая
Хлеб пшеничный.Масло.	Хлеб пшеничный.Масло\Сыр	Хлеб пшеничный.Масло.Сыр	Хлеб пшеничный .Масло	Хлеб пшеничный.Масло
Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке
<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>
10.00 сок фруктовый	10.00 сок фруктовый Фрукты	10.00сок фруктовый \фрукты	10.00 сок фруктовый \фрукты	10.00 сок фруктовый \фрукты
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Свёкла	Огурец свежий	Помидоры свежие	Салат из свежих помидлр и огурцов	Икра кабачковая
Суп картофельный с мясом	Суп карт.с крупой на кур.бульл	Суп лапша с мясом кур	Суп свекольн. на м\б со сметаной	Суп овощной с мясом
Рагу овощное с мясом	Суфле- куриное с карт. пюре	Котлета мясная с овощ.рагу	Бефстрог из в\мяса отв.макарон	Плов с мясом
Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов
Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный
<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотненный полдник</b>	<b>Уплотнённый полдник</b>	<b>Уплотнённый полдник</b>	<b>Уплотнен полдник</b>
Салат из моркови		Салат из моркови	Рыбный пудинг с карт.пюре	
Пудинг творожный со смет.соусом	Биточки рыбные с туш.овощами	Пудинг творожный .со смет.соусом	Огурец свежий	Омлет
Плюшка	.Кондитер. изд.Чай с молоком	.Кондит.издел.Чай с молоком	.Чай с молоком Яйцо	Пирог с повидлом.Чай с молоком
.Чай с молоком. Яйцо.	Хлеб пшеничный .Яйцо	Булочка домашняя	Хлеб пшеничный	
<b>День 6</b>	<b>День 7</b>	<b>День 8</b>	<b>День 9</b>	<b>День 10</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Суп молочн.с макар.изделиями	Каша гречневая молочная	Каша кукурузная молочная	Каша из асорти круп.(гречка,рис)	Каша рисовая молочная
Хлеб пшеничный..Масло	Хлеб пшеничн.Масло.Сыр	Хлеб пшеничный.Масло. Сыр	Хлеб пшеничный.Масло	Хлеб пшеничный .Масло
Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке	Напиток кофейный на молоке
<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>
10.00 сок фруктовый	10.00 сок фруктовый Фрукты	10.00 сок фруктовый \фрукты	10.00 сок фруктовый \фрукты	10.00сок фруктовый \фрукты
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Салат из свёклы	Помидоры свежие	.Огурец свежий	Салат из свёклы с яблоком	Салат из помидор свежих
Суп карт.с бобовыми на м\бульоне	Суп рассольник на к\к бул со сметан	Щи с мясом кур и сметаной	Суп крестьянский с мясом и сметан.	Борщ с мясом
Гуляш из вар.мяса с гречкой	Котлета кур. пар.с карт.овощ.тушен.	Тефтели мясо\крупяные.с карт\пюре	Рулет мясной с тушеной капустой	Жаркое по домашнему
Комиот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов	Компот из с\фруктов
Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный	Хлеб ржаной,пшеничный
<b>Уплотнённый завтрак</b>	<b>Уплотнённый завтрак</b>	<b>Уплотнённый завтрак</b>	<b>Уплотнённый завтрак</b>	<b>Уплотнённый завтрак</b>
Салат из моркови	Суфле рыбное с овощ.рагу	Салат из морк овн	Котлета рыбная	
Пудинг творожный со см.соусом	.Кондит.издел.Чай с молоком	Пудинг твор. с рисом с повидло	Карт.пюре Огурец свежий	Пирог с капустой свежей
Гребешки.Чай с молоком	Хлеб пшеничный .Яйцо	.Конд.издел.Чай с молоком.	.Хлеб пшеничныйЧай с молоком	Омлет. Чай с молоком
		Булочка домашняя	Яйцо	