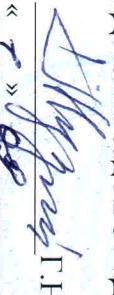


Утверждаю:
Заведующий МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 64 «Дружба»


Г.Н.Музыченко
« 7 » 08 2012 г.

Перспективное 10 дневное меню для детей от 1 года до 3 лет
осенне – зимний период

	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак	Масло сливочное Суп молочный с крупой рисовой Чай с молоком Хлеб пшеничный	Масло сливочное Джем Омлет натуральный Горошек зеленый конс. Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	Масло сливочное Каша молочная гречневая вязкая Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Сыр Суп молочный с вермишелью Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	Масло сливочное Каша молочная манная жидкая Чай с лимоном Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Завтрак 2	Молоко кипяченое	Кондитерское изделие Молоко кипяченое	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие
Обед	Овощи по сезону Борщ с капустой и картофелем Фрикадельки мясные в соусе Каша пшеничная рассыпчатая Сок натуральный с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Икра свекольная Суп картофельный с бобовыми Голубцы ленивые Кисель из свежих ягод и плодов с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Икра овощная Суп картофельный с рыбными консервами Запеканка картофельная с печенью Сок натуральный с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из овощей по сезону Суп картофельный Биточки паровые Овощи, припущенные с маслом Компот из сушеных фруктов с вит. С Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из овощей по сезону Щи из свежей капусты с картофелем Плов из птицы Компот из свежих ягод и плодов с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Уплотненный полдник	Кисломолочный продукт Рыба отварная Пюре картофельное Чай с лимоном Пирожок печенный из дрож. теста с курагой Хлеб ржаной	Кисломолочный продукт Салат из овощей по сезону Биточек рубленый из говядины Картофель отварной Чай с медом Кекс творожный Хлеб ржаной	Кисломолочный продукт Сырники из творога Сушенное молоко Чай с молоком Булочка «Дорожная»	Кисломолочный продукт Салат из овощей по сезону Рыба запеченная в омлете Пюре картофельное Булочка «Веснушка» Сок натуральный Хлеб ржаной	Кисломолочный продукт Лапшевник с творогом Какао с молоком

	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак	Сыр Каша молочная рисовая вязкая Чай с молоком Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Джем Икра кабачковая (или икра овощная) Драчена Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	Сыр Суп молочный с крупой рисовой Какао с молоком Хлеб пшеничный	Масло сливочное Салат из свежых с черносливом Запеканка из творога Сгущенное молоко Чай с молоком Хлеб пшеничный	Сыр Яйцо отварное Каша молочная овсяная «Геркулес» жидкая Кофейный напиток молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Завтрак 2	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие	Фрукты свежие
Обед	Овощи по сезону Суп картофельный с макаронными изд. Котлеты рубленые Рагу из овощей Кисель из кураги с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из овощей по сезону Борщ с капустой и картофелем Шницель рыбный натуральный Картофель отварной Сок натуральный с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из овощей по сезону Суп картофельный вегетарианский Жаркое по-домашнему Компот из свежих плодов с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Овощи по сезону Рассольник Ленинградский Тфтели мясные с соусом Каша ячневая рассыпчатая Кисель из кураги с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Овощи по сезону Суп-лапша домашняя Котлета из кур запеченная с соусом молочным Капуста тушеная Компот из свежих ягод с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
Уплотненный полдник	Кисломолочный продукт Пудинг из творога Сгущенное молоко Сок натуральный томатный Пирожок печенный из дрож. теста с картоф. фаршем	Кисломолочный продукт Птица тушенная в соусе с овощами Чай с сахаром Хлеб ржаной	Кисломолочный продукт Овощи по сезону Бефстроганов из отварного мяса Макаронные изделия отварные Сок натуральный Хлеб ржаной	Кисломолочный продукт Салат из овощей по сезону Рыба припущенная Картофель отварной Чай с лимоном Слоба обыкновенная Хлеб ржаной	Кисломолочный продукт Салат из моркови с курагой Зразы из творога с изюмом Соус абрикосовый Чай с сахаром