

**Перспективное 10 дневное меню для детей от 1 года до 3 лет
Весенне-летний период**

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 64 «Дружба»
Т.Н.Музыченко
09.05.2017 г.

| | 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Завтрак | Масло сливочное Суп молочный с вермишелью 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 крупой рисовой Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный | Масло сливочное Каша молочная пшеничная вязкая Чай с лимоном Хлеб пшеничный Хлеб ржаной |
| Завтрак 2 | Молоко кипяченое | Кондитерское изделие Молоко кипяченое | Фрукты свежие | Фрукты свежие | Фрукты свежие |
| Обед | Помидоры свежие Борщ с капустой и картофелем Фрикадельки мясные в соусе Каша пшеничная рассыпчатая Сок натуральный с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | Огурцы свежие Суп картофельный с бобовыми Голубцы ленивые Кисель из свежих ягод и плодов с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | Икра свекольная Суп картофельный с рыбными консервами Запеканка картофельная с печенью Сок натуральный с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | Салат из бел. капусты Суп картофельный Биточки паровые Овощи, припущенные с маслом Компот из сушеных фруктов с вит. С Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | Салат из свежих помидоров с луком 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 свежих помидоров и огурцов Биточек рубленый из говядины Картофель отварной Чай с медом Кеке творожный Хлеб ржаной | Кисломолочный продукт Сырники из творога Сгущенное молоко Чай с молоком Булочка «Дорожная» Хлеб ржаной | Кисломолочный продукт Салат из свежих огурцов 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 манная жидкая Чай с молоком Хлеб ржаной Хлеб пшеничный | Джем Икра кабачковая (или икра овощная) Драчена Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный | Сыр Каша молочная овсяная «Геркулес» жидкая Какао с молоком Хлеб пшеничный | Масло сливочное Салат из свеклы с черносливом Запеканка из творога Сгущенное молоко Чай с молоком Хлеб пшеничный | Сыр Яйцо отварное Суп молочный с крупой рисовой Кофейный напиток молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной |
| Завтрак 2 | Фрукты свежие | Фрукты свежие | Фрукты свежие | Фрукты свежие | Фрукты свежие |
| Обед | Огурцы свежие Суп картофельный с макаронными изд. Котлеты рубленые Рагу из овощей Кисель из кураги с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | Салат из свежих помидоров и огурцов Борщ с капустой и картофелем Шницель рыбный натуральный Картофель отварной Сок натуральный с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | Салат из бел. капусты Суп картофельный вегетарианский Жаркое по-домашнему Компот из свежих плодов с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | Огурцы свежие Рассольник ленинградский Тефтели мясные с соусом Каша ячневая рассыпчатая Кисель из кураги с вит. «С» Хлеб пшеничный Хлеб ржаной | Салат из бел. капусты, огурцов и сладкого перца 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 тушеная в соусе с овощами Чай с сахаром Хлеб ржаной | Кисломолочный продукт Помидоры свежие Бефстроганов из отварного мяса Макаронные изделия отварные Сок натуральный Хлеб ржаной | Кисломолочный продукт Салат из свеж. помидоров с луком Рыба припущенная Картофель отварной Чай с лимоном Сдоба обыкновенная Хлеб ржаной | Кисломолочный продукт Салат из моркови с курагой Зразы из творога с изюмом Соус абрикосовый Чай с сахаром |