

**Примерное 10-дневное меню
для детей раннего возраста
с 9-10,5 ч. пребыванием детей в дошкольном учреждении**

Дни	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник
01	02	03	04	05
1	Каша манная, молочная Чай с сахаром Хлеб пшеничный Сыр	Фрукты	Салат из капусты Борщ украинский Тефтели мясные с макаронами Лимонный напиток Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Пирожок с капустой Молоко
2	Суп рисовый, молочный Какао на молоке с сахаром Хлеб с маслом	Кондитерские изделия Сок	Салат морковный Щи из свежей капусты с картофелем Котлета мясная с картофельным пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Капуста тушенная Хлеб Ряженка
3	Вермишель молочная Яйцо Чай с сахаром Хлеб с сыром	Фрукты	Салат витаминный Суп из овощей со сметаной Фрикадельки рыбные в соусе с рисом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Ватрушка с творогом Молоко
4	Каша гречневая, молочная Кофейный напиток на молоке с сахаром Хлеб с сыром	Кондитерские изделия Сок	Салат из свеклы с яблоками Рассольник со сметаной Котлета рыбная в соусе с картофельным пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко
5	Каша рисовая, рассыпчатая Какао на молоке с сахаром Хлеб с сыром	Фрукты	Салат из свежих огурцов Бульон куриный с гренками Суфле куриное в сметанном соусе с овощным рагу Лимонный напиток Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Пирожок с капустой Ряженка
6	Каша геркулесовая молочная Кофейный напиток на молоке с сахаром	Фрукты Сок	Салат морковный Суп с бобовыми Капуста тушенная Мясо тушеное	Омлет Хлеб Сок

	Хлеб пшеничный		Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	
7	Запеканка творожная со сгущенным молоком Чай с сахаром Хлеб с маслом сливочным	Фрукты	Салат из свежих огурцов Борщ украинский Биточки мясные с овощным рагу Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Пирожок с капустой Ряженка
8	Каша пшенная, молочная Кофейный напиток на молоке с сахаром Хлеб пшеничный	Фрукты	Салат из капусты Суп рыбный Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко
9	Вермишель молочная Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Кондитерские изделия Сок	Салат из огурцов Щи из свежей капусты с картофелем Котлета рыбная в соусе с картофельным пюре Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Винегрет Хлеб пшеничный Сок
10	Каша гречневая, молочная Чай сахаром Хлеб с маслом	Фрукты	Салат из свежих помидор Суп картофельный с макаронами Голубцы ленивые в сметанном соусе Лимонный напиток Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Ватрушка с творогом Ряженка

Примерное 10-дневное меню

**для детей дошкольного возраста
с 9-10,5 ч. пребыванием детей в дошкольном учреждении**

Дни	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник
01	02	03	04	05
1	Каша манная, молочная Чай с сахаром Хлеб пшеничный Сыр	Кондитерские изделия Сок	Салат из капусты Борщ украинский Тефтели мясные с макаронами Лимонный напиток Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Пирожок с капустой Молоко
2	Суп рисовый, молочный Какао на молоке с сахаром Хлеб с маслом	Кондитерские изделия Сок	Салат морковный Щи из свежей капусты с картофелем Котлета мясная с картофельным пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Капуста тушенная Сосиска Хлеб Ряженка
3	Вермишель молочная Яйцо Чай с сахаром Хлеб с сыром	Кондитерские изделия Сок	Салат витаминный Суп из овощей Фрикадельки рыбные в соусе с рисом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Ватрушка с творогом Молоко
4	Каша гречневая, молочная Кофейный напиток на молоке с сахаром Хлеб с сыром	Кондитерские изделия Сок	Салат из свеклы с яблоками Рассольник со сметаной Котлета рыбная в соусе с картофельным пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко
5	Каша рисовая, рассыпчатая Какао на молоке с сахаром Хлеб с сыром	Фрукты	Салат из свежих огурцов Бульон куриный с гренками Суфле куриное в сметанном соусе с овощным рагу Лимонный напиток Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Пирожок с капустой Ряженка
6	Каша геркулесовая молочная Кофейный напиток на молоке с сахаром Хлеб пшеничный	Фрукты Сок	Салат морковный Суп с бобовыми Капуста тушенная Мясо тушеное Компот из сухофруктов	Омлет Хлеб Сок

			Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	
7	Запеканка творожная со сгущенным молоком Чай с сахаром Хлеб с маслом сливочным	Фрукты	Салат из свежих огурцов Борщ украинский Биточки мясные с овощным рагу Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Пирожок с капустой Ряженка
8	Каша пшенная, молочная Кофейный напиток на молоке с сахаром Хлеб пшеничный с сыром	Фрукты	Салат из капусты Суп рыбный Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Сырники из творога со сгущенным молоком Молоко
9	Вермишель молочная Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Кондитерские изделия Сок	Салат из огурцов Щи из свежей капусты с картофелем Котлета рыбная в соусе с картофельным пюре Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Винегрет Хлеб пшеничный Сок
10	Каша гречневая, молочная Чай сахаром Хлеб с маслом	Кондитерские изделия Сок	Салат из свежих помидор Суп картофельный с макаронами Голубцы ленивые в сметанном соусе Лимонный напиток Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Ватрушка с творогом Ряженка