



**Двухнедельное меню для организации питания  
детей 3-7 лет  
(осень-зима)**

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день
<b><i>Завтрак</i></b>				
1. Каша манная 2. Какао 3. Печенье	1. Каша пшеничная молочная 2. Чай с лимоном 3. Бутерброд с маслом, сыром	1. Каша гречневая молочная. 2. Чай с лимоном 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное	1. Каша геркулес молочная 2. Какао 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное	1. Каша рисовая молочная 2. Яйцо вареное 3. Чай 4. Бутерброд с маслом, сыром
<b><i>2 завтрак</i></b>				
1. Яблоко	1. Сок фруктовый	1. Сок фруктовый 2. Печенье	1. Яблоко	1. Сок фруктовый
<b><i>Обед</i></b>				
1. Салат из свеклы и яблока 2. Суп гороховый на к/б 3. Капуста тушеная 4. Биточки рубленые из птицы 5. Кисель 6. Хлеб ржаной	1. Салат из капусты и моркови 2. Суп картофельный на к/б 3. Гуляш из курицы 4. Рис 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Икра кабачковая 2. Щи с курицей 3. Котлета рыбная 4. Макароны 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Салат из зеленого горошка 2. Рассольник с курицей 3. Птица в соусе с томатом 4. Гречка 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Салат из капусты и моркови 2. Суп вермишелевый с курицей 3. Рыба тушеная 4. Картофельное пюре 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной
<b><i>Полдник</i></b>				
1. Яйцо вареное 2. Чай 3. Хлеб пшеничный	1. Ватрушка с повидлом 2. Чай	1. Запеканка творожно- рисовая со сгущенным молоком 2. Кисель	1. Винегрет 2. Чай 3. Хлеб пшеничный	1. Оладьи со сгущенным молоком 2. Кисель

6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день
<b>Завтрак</b>				
1. Каша манная 2. Какао 3. Печенье	1. Каша геркулес молочная 2. Чай с лимоном 3. Бутерброд с маслом, сыром	1. Каша пшеничная молочная 2. Какао 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное	1. Вермишель молочная 2. Чай с лимоном 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное	1. Каша гречневая молочная 2. Какао 3. Хлеб пшеничный 4. Масло сливочное
<b>2 завтрак</b>				
1. Яблоко	1. Сок фруктовый 2. Печенье	1. Яблоко	1. Сок фруктовый	1. Яблоко
<b>Обед</b>				
1. Икра кабачковая 2. Суп гороховый на к/б 3. Тефтели из курицы 4. Капуста тушеная 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Салат из капусты и моркови 2. Суп с курицей 3. Бефстроганов из курицы 4. Макароны 5. Кисель 6. Хлеб ржаной	1. Салат из зеленого горошка 2. Свекольник с курицей 3. Фрикадельки из птицы 4. Гречка 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Салат из свеклы, яблока 2. Щи с курицей 3. Картофельное пюре 4. Рыба тушеная 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Салат из капусты и моркови 2. Суп вермишелевый с курицей 3. Плов с курицей 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной
<b>Полдник</b>				
1. Омлет 2. Чай 3. Хлеб пшеничный	1. Булочка домашняя 2. Чай	1. Сырники в молочном соусе 2. Чай	1. Оладьи со сгущенным молоком 2. Чай	1. Хлеб пшеничный 2. Яйцо вареное 3. Кисель

--	--	--	--	--