

**Примерное десятидневное меню
для организации питания детей в соответствии с физиологическими нормами
потребления продуктов питания.**

Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1 день				
Макароны отварные с маслом сливочным Кабачковая икра Чай сладкий Батон «Подмосковный» с маслом слив. 1\2 яйца	Сок	Салат овощной Суп фасолевый на мясокостном бульоне Пюре картофельное с маслом слив. Тефтели мясные в соусе Компот из изюма с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Кисло-молочный напиток «Снежок» Кондитерские изделия Фрукты	Котлета рыбная запеченная в соусе Капуста тушеная с маслом слив. Кисель «Фруктовый» Батон «Подмосковный»
2 день				
Каша пшенная молочная с маслом слив. вязкая Кофейный напиток с молоком Батон «Подмосковный» с маслом слив. Сыр	Сок	Салат овощной Борщ на мясокостном б-оне со сметаной Жаркое по-домашнему с мясом Компот из кураги с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Йогурт питьевой Булочка с повидлом фрукты	Пудинг творожно-манный с морковью со сметаной Чай сладкий с лимоном Батон «Подмосковный»
3 день				
Каша манная молочная с маслом слив. вязкая, 1\2 яйца Какао с молоком Батон «Подмосковный» с маслом слив.	Сок	Салат овощной Суп куриный с домашней лапшой Плов с мясом Компот из сух\фруктов с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Молоко кипяченое Кондитерские изделия Фрукты	Рыба паровая с овощами Картофель запеченный Напиток из шиповника Батон «Подмосковный»
4 день				
Каша пшенная молочная с маслом слив. вязкая Кофейный напиток с молоком Батон «Подмосковный» с маслом слив.	Сок	Салат овощной Рассольник на мясокостном б-оне со сметаной Пюре картофельное с маслом слив. Биточки мясные в соусе с овощами Компот из чернослива с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Кефир Батон «Подмосковный» Фрукты	Творожные сырники со сметаной Чай с конфетой
5 день				
Каша рисовая молочная с маслом слив. вязкая Какао с молоком Батон «Подмосковный» с маслом слив.	Сок	Салат овощной Суп гороховый с курицей Греча рассыпчатый с маслом сливочным Печень по-строгановски Компот яблочный с изюмом с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Молоко кипяченое Булочка «Веснушка» фрукты	Шукрут Кисель фруктовый Батон «Подмосковный»

Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин
6 день				
Макароны отварные с маслом сливочным Кабачковая икра Чай сладкий Батон «Подмосковный» с маслом слив. 1\2 яйца	сок	Салат овощной Суп картофельный с зеленым горошком на мясо костном бульоне Капуста тушеная с мясом Компот из кураги с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Кисло-молочный напиток «Снежок» Кондитерские изделия Фрукты	Рыба паровая с овощами Пюре картофельное с маслом слив Какао с молоком Батон «Подмосковный»
7 день				
Каша геркулесовая молочная с маслом слив. вязкая Кофейный напиток с молоком Батон «Подмосковный» с маслом слив. Сыр	Сок	Салат овощной Рассольник на мясокостном б-оне со сметаной Пюре картофельное с маслом слив. Тефтели мясные в соусе с овощами Компот из изюма с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Йогурт питьевой Батон «Подмосковный» Фрукты	Творожные сырники со сметаной Чай с конфетой
8 день				
Каша манная молочная с маслом слив. вязкая, 1\2 яйца Какао с молоком Батон «Подмосковный» с маслом слив.	Сок	Салат овощной Суп крестьянский на мясокостном бульоне Голубцы ленивые с мясом в соусе с овощами Компот из чернослива с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Кефир Кондитерские изделия Фрукты	«Ёжики» рыбные в соусе с овощами Икра свекольная Кисель «Фруктовый» Батон «Подмосковный»
9 день				
Каша гречневая молочная с маслом слив. вязкая Кофейный напиток с молоком Батон «Подмосковный» с маслом слив. Сыр	Сок	Салат овощной Суп овощной с курицей со сметаной Пюре картофельное с маслом слив. Тефтели мясные в соусе с овощами Компот из сух\фруктов с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Напиток из шиповника Пирог с повидлом фрукты	Пудинг творожно-манный с изюмом со сметаной Чай сладкий с лимоном Батон «Подмосковный»
10 день				
Каша пшеничная молочная с маслом слив. вязкая Какао с молоком Батон «Подмосковный» с маслом слив.	Сок	Салат овощной Суп вермишелевый с курицей Сложный гарнир Биточки мясные в соусе с овощами Компот яблочный с витамином «С» Хлеб ржано-пшеничный «Дарницкий»	Молоко кипяченое Батон «Подмосковный» Фрукты	Оладьи с маслом сливочным Со сгущенным молоком Напиток лимонный