

Примерное десятидневное меню для детей с 1-3 лет и с 3-7 лет с 10,5 часовым пребыванием

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак Макаронник Кофейный напиток (на сг.молоке) Батон с маслом	Завтрак Каша пшеничная с морковью Какао на молоке Батон с маслом	Завтрак Запеканка из творога Кофейный напиток Батон с маслом	Завтрак Каша молочная гречневая Батон с маслом Чай с молоком	Завтрак Каша манная жидкая Батон с сыром Кофейный напиток	Завтрак Запеканка рисовая со стущённым молоком Батон с маслом Какао на сг.молоке	Завтрак Каша манная Батон с маслом с сыром Кофейный напиток	Завтрак Каша овсяная Батон с маслом Чай с молоком	Завтрак Омлет натуральный Батон с маслом Кофейный напиток	Завтрак Каша «Дружба» Батон с маслом с сыром Какао на молоке
2 завтрак Сок яблочный Печенье	2 завтрак Яблоко	2 завтрак Вафли Молоко	2 завтрак Груша	2 завтрак Сок яблочный	2 завтрак Сок яблочный	2 завтрак Груша	2 завтрак Вафли Сок фруктовый	2 завтрак Яблоко	2 завтрак Сок яблочный
Обед Горошек зелёный консервированный Щи из св.капусты с мясом и сметаной рыбные котлеты с молочным соусом Пюре картофельное свежих яблок Хлеб ржаной Батон	Обед Салат из свёклы Суп картофельный с мясными фрикадельками Биточки рубленные из говядины Капуста тушёная Кисель из кураги Хлеб ржаной Батон	Обед Огурец свежий Суп картофельный с рисом и рыбой Мясной рулет с луком и яйцом Рис отварной Сок фруктовый Хлеб ржаной Батон	Обед Икра кабачковая Борщ с мясом и сметаной Запеканка картофельная с мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Батон	Обед Рассольник «Ленинградский» со сметаной Котлеты рыбные любительские Пюре картофельное Кисель фруктовый Хлеб ржаной Батон	Обед Горошек зелёный консервированный Щи из свежей капусты с мясом со сметаной Фрикадельки мясные Пюре картофельное с морковью Сельдь солёная Компот из кураги Хлеб ржаной Батон	Обед Свекла отварная Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом Запеканка рыбная Рагу из овощей Компот из яблок Хлеб ржаной Батон	Обед Суп картофельный с рыбными фрикадельками Шницель из говядины Пюре из моркови Рис отварной Кисель фруктовый Хлеб ржаной Батон	Обед Огурец свежий Рассольник домашний с мясом и сметаной Гуляш мясной/Сосиска Макаронные отварные Компот из изюма Хлеб ржаной Батон	Обед Помидор свежий Суп картофельный с бобовыми и мясом Голубцы ленивые Компот из свежих груш Хлеб ржаной Батон
Полдник Сдоба молоко	Полдник Омлет с картофелем Чай Конфета школьная	Полдник Пирог с капустой Молоко	Полдник Сырники из творога Молоко	Полдник Блинчики с соусом молочным Молоко	Полдник Пирог с картофелем Молоко	Полдник Запеканка творожная с молочным соусом молоко	Полдник Ватрушка с творогом Молоко	Полдник Котлеты морковные с молочным соусом Батон Чай Конфета	Полдник Капуста тушёная в молоке Биточки рыбные запеченные Батон Чай Конфета