|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

***Десятидневное меню для питания детей.***

**День первый**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Макароны с тертым сыром |
| Кофейный напиток |
| Хлеб  |
| 2-ой завтрак | Фрукты  |
| Обед  | Салат из свеклы |
| Суп овощной со сметаной |
| Жаркое по-домашнему |
| Компот из сухофруктов |
| Хлеб |
| Ужин  | Каша геркулесовая |
| Чай с молоком |

**День второй**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Каша пшенная |
| Какао |
| Хлеб с маслом и сыром |
| 2-ой завтрак | Отвар шиповника |
| Обед  | Салат из отварных овощей |
| Щи со сметаной |
| Сосиска отварная, соус сметанный, каша гречневая |
| Кисель |
| Хлеб |
| Ужин  | Булка слоенная |
| Чай  |

**День третий**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Суп молочный вермишелевый |
| Чай с лимоном |
| Хлеб с маслом |
| 2-ой завтрак | Сок  |
| Обед  | Салат из свеклы |
| Суп-пюре гороховый |
| Плов из птицы |
| Компот из сухофруктов |
| Хлеб |
| Ужин  | Рыба под омлетом |
| Чай  |
| Хлеб  |

**День четвертый**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Вареники ленивые с маслом и сахаром |
| Сметанный соус |
| Кофейный напиток |
| 2-ой завтрак | Фрукты  |
| Обед  | Салат витаминный |
| Рассольник со сметаной |
| Картофельное пюре, гуляш из сердца |
| Компот из сухофруктов |
| Хлеб |
| Ужин  | Шарлотка с яблоками, соус молочный |
| Чай  |

**День пятый**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Каша кукурузная |
| Чай  |
| Хлеб с маслом и сыром |
| 2-ой завтрак | Сок  |
| Обед  | Салат морковный |
| Суп картофельный с клецками |
| Голубцы ленивые, соус |
| Кисель |
| Хлеб |
| Ужин  | Блины с повидлом |
| Чай с молоком |

**День шестой**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Каша манная жидкая |
| Хлеб с маслом |
| Какао  |
| 2-ой завтрак | Фрукты  |
| Обед  | Салат из отварных овощей |
| Борщ со сметаной |
| Тефтели в томатно-сметанном соусе, картофельное пюре |
| Компот из сухофруктов |
| Хлеб |
| Ужин  | Плов фруктовый |
| Чай с молоком |

**День седьмой**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Суп молочный рисовый |
| Кофейный напиток |
| Хлеб с маслом |
| 2-ой завтрак | Сок  |
| Обед  | Винегрет  |
| Суп рыбный |
| Котлета в соусе, макароны |
| Кисель |
| Хлеб |
| Ужин  | Булка слоенная |
| Чай  |

**День восьмой**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Пудинг творожно-манный с повидлом |
| Чай с сахаром |
| 2-ой завтрак | Сок  |
| Обед  | Салат из свежей капусты с соленым огурцом |
| Бульон куриный с вермишелью |
| Бефстроганов из отварной печени, картофельное пюре |
| Компот из сухофруктов |
| Хлеб |
| Ужин  | Блины с повидлом |
| Чай  |

**День девятый**.

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Каша гречневая на молоке |
| Чай  |
| Хлеб с маслом |
| 2-ой завтрак | Сок  |
| Обед  | Салат из отварных овощей |
| Свекольник |
| Котлета рыбная, сложный гарнир |
| Кисель |
| Хлеб |
| Ужин  | Ватрушка с творогом |
| Чай с сахаром |

**День десятый.**

|  |  |
| --- | --- |
| Завтрак  | Запеканка рисовая с молочным соусом |
| Какао |
| 2-ой завтрак | Фрукты  |
| Обед  | Салат из свеклы |
| Суп гречневый |
| Голубцы ленивые, картофельное пюре |
| Компот из сухофруктов |
| Хлеб |
| Ужин  | Вермишель отварная, сосиска отварная |
| Чай  |
| Хлеб  |