Согласовано Утверждаю:

Медицинская сестра Заведующий МКДОУ

 \_\_\_\_\_\_\_\_Владимирова Е.В. \_\_\_\_\_\_\_Логачева Т.Н

 **Примерное меню для детей с 2-х до 7-и лет (Зимнее)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1день  |  2 день | 3 день |  4 день |  5 день |
| Завтрак | 1Каша кукурузная2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4.Чай с сахаром | 1.Каша манная2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4.Чай с сахаром | 1.Каша гречневая молоч2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное 4.Чай с сахаром | 1. Каша «Дружба» 2.Хлеб пшеничный3.Масло слив4Чай с сахаром | 1Рожки с сыром2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4 |
|  Завтрак 2 | Сыр  | Апельсин  | Снежинка  | Печенье  | Яблоко  |
|  Обед | 1.Салат и моркови и яблока2Борщ со сметаной3 Плов из говядины4 Кисель5.Хлеб ржаной | 1.Винегрет2.Суп крестьянский3Жаркое по домашнему4.Компот из св. фруктов7.Хлеб пшеничный | 1Салат из картофеля с огурцами2Суп фасолевый3 Ленивые голубцы4.Кисель 5.Хлеб ржаной | 1Салат из свеклы с яблоком2.Щи со сметаной3 Картофельное пюре4.Рыба жареная в сметанном соусе5.Компот из сухофруктов 6.Хлеб пшеничный | 1.Салат из картофеля с капустой2.Рассольник3 Пшеничная каша 4.Котлета5.Кисель 6.Хлеб ржаной |
| Полдник | 1 Булочка дом2 Чай | 1.Бутерброд с сл. маслом 2.Какао | 1Пироги с капустой2Чай с сахаром | 1.Манный пудинг2.Чай с сахаром | 1.Манник со сгущенным молоком2.Чай |
|  |  6 день |  7 день |  8 день |  9 день |  10 день |
| Завтрак | 1.Каша рисовая2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4. Чай с сахаром | 1.Вермешель в молоке2..Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4 Чай с сахаром | 1Каша из овсяных хлопьев2.Хлеб пшеничный 3.Масло сливочное4.Чай с сахаром | 1.Каша гречневая с слив маслом3.Хлеб пшеничный 4.Масло сливочное5.Чай с сахаром | 1.Каша пшенная2.Масло сливочное3.Хлеб пшеничный4.Чай с сахаром |
| Завтрак 2 | Апельсин  | Пряник | Снежинка | Яблоко  | сыр |
|  Обед | 1.Салат из капусты с раст маслом2Свекольник со сметаной3.Макароны отварные4 Гуляш5.Компот6Хлеб пшеничный | 1.Салат из свеклы с сыром2.Суп Харчо3.Каша гречневоя4Котлеты5 Кисель6.Хлеб ржаной | 1.Салат из моркови с изюмом2 Суп картофельный с клецками3.Овощное рагу4 Колбаска5.Компот из св.фруктов6.Хлеб пшеничный | 1Винегрет2.Щи с курицей3.Суп из рыбных консерв4. Перловая каша5 Фрикадельки6 Кисель7.Хлеб ржаной | 1.Салат из св. капусты с картофелем2.Щи со сметаной3Картофельное пюре4 Тефтели5Компот из кураги6.Хлеб пшеничный |
| Полдник | 1Пироги с повидлом2.Кофейный напиток | 1.Омлет2.Хлеб пшеничный3 Чай с сахаром | 1.Бутерброды с слив маслом3.Чай с сахаром  | 1.Пироги с картошкой2.Чай с сахаром | 1Булочка сдобная2.Какао |

**Примерное меню детей с 2-х до 7-и лет (Летнее)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1день  |  2 день | 3 день |  4 день |  5 день |
| Завтрак | 1Каша кукурузная2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4.Чай с сахаром | 1.Каша манная2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4.Чай с сахаром | 1.Каша гречневая молоч2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное 4.Чай с сахаром | 1. Каша «Дружба» 2.Хлеб пшеничный3.Масло слив4Чай с сахаром | 1Рожки с сыром2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4 |
| Завтрак 2 | Сыр | Апельсин  | снежинка | Печенье | яблоко |
|  Обед | 1.Салат и моркови и яблока2Борщ со сметаной3 Плов из говядины4 Кисель5.Хлеб ржаной | 1.Салат из свежей капусты2.Суп крестьянский3Жаркое по домашнему4.Компот из св. фруктов7.Хлеб пшеничный | 1.Салат из свежих помидоров с луком2Суп фасолевый3 Ленивые голубцы4.Кисель 5.Хлеб ржаной | 1Салат из свежих огурцов2.Щи со сметаной3 Картофельное пюре4.Рыба жареная в сметанном соусе5.Компот из сухофруктов 6.Хлеб пшеничный | 1Салат из свежих овощей2.Рассольник3 Пшеничная каша 4.Котлета5.Кисель 6.Хлеб ржаной |
| Полдник | 1 Булочка дом2 Чай | 1.Бутерброд с сл. маслом 2.Какао |  1Пироги с капустой2Чай с сахаром | 1.Манный пудинг2.Чай с сахаром | 1.Манник со сгущенным молоком2.Чай |
|  |  6 день |  7 день |  8 день |  9 день |  10 день |
| Завтрак | 1.Каша рисовая2.Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4. Чай с сахаром | 1.Вермешель в молоке2..Хлеб пшеничный3.Масло сливочное4 Чай с сахаром | 1Каша из овсяных хлопьев2.Хлеб пшеничный 3.Масло сливочное4.Чай с сахаром | 1.Каша гречневая с слив маслом3.Хлеб пшеничный 4.Масло сливочное5.Чай с сахаром | 1.Каша пшенная2.Масло сливочное3.Хлеб пшеничный4.Чай с сахаром |
| Завтрак 2 | Апельсин  | Пряник  | Снежинка  |  Яблоко | Сыр  |
|  Обед | 1.Салат из свежей капусты2Свекольник со сметаной3.Макароны отварные4 Гуляш5.Компот6Хлеб пшеничный | 1.Салат из свежих овощей2.Суп Харчо3.Каша гречневоя4Котлеты5 Кисель6.Хлеб ржаной | 1.Салат из свежих огурцов 2 Суп картофельный с клецками3.Овощное рагу4 Колбаска5.Компот из св.фруктов6.Хлеб пшеничный | 1Салат из свежих помидор с луком2.Щи с курицей3.Суп из рыбных консерв4. Перловая каша5 Фрикадельки6 Кисель7.Хлеб ржаной | 1.Салат из свежих помидоров и огурцов2.Щи со сметаной3Картофельное пюре4 Тефтели5Компот из кураги6.Хлеб пшеничный |
| Полдник | 1. Пирожок со свежими яблоками2.Кофейный напиток |  1.Омлет2.Хлеб пшеничный3 Чай с сахаром | 1.Бутерброды с слив маслом3.Чай с сахаром | 1.Пирожок с джемом 2.Чай с сахаром | 1Булочка сдобная2.Какао |