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 кукурузная  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4.Чай с сахаром | 1.Каша манная  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4.Чай с сахаром | 1.Каша гречневая молоч  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4.Чай с сахаром | 1. Каша «Дружба»  2.Хлеб пшеничный  3.Масло слив  4Чай с сахаром | 1Рожки с сыром  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4 |
| Завтрак 2 | Сыр | Апельсин | Снежинка | Печенье | Яблоко |
| Обед | 1.Салат и моркови и яблока  2Борщ со сметаной  3 Плов из говядины  4 Кисель  5.Хлеб ржаной | 1.Винегрет  2.Суп крестьянский  3Жаркое по домашнему  4.Компот из св. фруктов  7.Хлеб пшеничный | 1Салат из картофеля с огурцами  2Суп фасолевый  3 Ленивые голубцы  4.Кисель  5.Хлеб ржаной | 1Салат из свеклы с яблоком  2.Щи со сметаной  3 Картофельное пюре  4.Рыба жареная в сметанном соусе  5.Компот из сухофруктов  6.Хлеб пшеничный | 1.Салат из картофеля с капустой  2.Рассольник  3 Пшеничная каша  4.Котлета  5.Кисель  6.Хлеб ржаной |
| Полдник | 1 Булочка дом  2 Чай | 1.Бутерброд с сл. маслом  2.Какао | 1Пироги с капустой  2Чай с сахаром | 1.Манный пудинг  2.Чай с сахаром | 1.Манник со сгущенным молоком  2.Чай |
|  | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
| Завтрак | 1.Каша рисовая  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4. Чай с сахаром | 1.Вермешель в молоке  2..Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4 Чай с сахаром | 1Каша из овсяных хлопьев  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4.Чай с сахаром | 1.Каша гречневая с слив маслом  3.Хлеб пшеничный  4.Масло сливочное  5.Чай с сахаром | 1.Каша пшенная  2.Масло сливочное  3.Хлеб пшеничный  4.Чай с сахаром |
| Завтрак 2 | Апельсин | Пряник | Снежинка | Яблоко | сыр |
| Обед | 1.Салат из капусты с раст маслом  2Свекольник со сметаной  3.Макароны отварные  4 Гуляш  5.Компот  6Хлеб пшеничный | 1.Салат из свеклы с сыром  2.Суп Харчо  3.Каша гречневоя  4Котлеты  5 Кисель  6.Хлеб ржаной | 1.Салат из моркови с изюмом  2 Суп картофельный с клецками  3.Овощное рагу  4 Колбаска  5.Компот из св.фруктов  6.Хлеб пшеничный | 1Винегрет  2.Щи с курицей  3.Суп из рыбных консерв  4. Перловая каша  5 Фрикадельки  6 Кисель  7.Хлеб ржаной | 1.Салат из св. капусты с картофелем  2.Щи со сметаной  3Картофельное пюре  4 Тефтели  5Компот из кураги  6.Хлеб пшеничный |
| Полдник | 1Пироги с повидлом  2.Кофейный напиток | 1.Омлет  2.Хлеб пшеничный  3 Чай с сахаром | 1.Бутерброды с слив маслом  3.Чай с сахаром | 1.Пироги с картошкой  2.Чай с сахаром | 1Булочка сдобная  2.Какао |

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день |
| Завтрак | 1Каша кукурузная  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4.Чай с сахаром | 1.Каша манная  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4.Чай с сахаром | 1.Каша гречневая молоч  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4.Чай с сахаром | 1. Каша «Дружба»  2.Хлеб пшеничный  3.Масло слив  4Чай с сахаром | 1Рожки с сыром  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4 |
| Завтрак 2 | Сыр | Апельсин | снежинка | Печенье | яблоко |
| Обед | 1.Салат и моркови и яблока  2Борщ со сметаной  3 Плов из говядины  4 Кисель  5.Хлеб ржаной | 1.Салат из свежей капусты  2.Суп крестьянский  3Жаркое по домашнему  4.Компот из св. фруктов  7.Хлеб пшеничный | 1.Салат из свежих помидоров с луком  2Суп фасолевый  3 Ленивые голубцы  4.Кисель  5.Хлеб ржаной | 1Салат из свежих огурцов  2.Щи со сметаной  3 Картофельное пюре  4.Рыба жареная в сметанном соусе  5.Компот из сухофруктов  6.Хлеб пшеничный | 1Салат из свежих овощей  2.Рассольник  3 Пшеничная каша  4.Котлета  5.Кисель  6.Хлеб ржаной |
| Полдник | 1 Булочка дом  2 Чай | 1.Бутерброд с сл. маслом  2.Какао | 1Пироги с капустой  2Чай с сахаром | 1.Манный пудинг  2.Чай с сахаром | 1.Манник со сгущенным молоком  2.Чай |
|  | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
| Завтрак | 1.Каша рисовая  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4. Чай с сахаром | 1.Вермешель в молоке  2..Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4 Чай с сахаром | 1Каша из овсяных хлопьев  2.Хлеб пшеничный  3.Масло сливочное  4.Чай с сахаром | 1.Каша гречневая с слив маслом  3.Хлеб пшеничный  4.Масло сливочное  5.Чай с сахаром | 1.Каша пшенная  2.Масло сливочное  3.Хлеб пшеничный  4.Чай с сахаром |
| Завтрак 2 | Апельсин | Пряник | Снежинка | Яблоко | Сыр |
| Обед | 1.Салат из свежей капусты  2Свекольник со сметаной  3.Макароны отварные  4 Гуляш  5.Компот  6Хлеб пшеничный | 1.Салат из свежих овощей  2.Суп Харчо  3.Каша гречневоя  4Котлеты  5 Кисель  6.Хлеб ржаной | 1.Салат из свежих огурцов  2 Суп картофельный с клецками  3.Овощное рагу  4 Колбаска  5.Компот из св.фруктов  6.Хлеб пшеничный | 1Салат из свежих помидор с луком  2.Щи с курицей  3.Суп из рыбных консерв  4. Перловая каша  5 Фрикадельки  6 Кисель  7.Хлеб ржаной | 1.Салат из свежих помидоров и огурцов  2.Щи со сметаной  3Картофельное пюре  4 Тефтели  5Компот из кураги  6.Хлеб пшеничный |
| Полдник | 1. Пирожок со свежими яблоками  2.Кофейный напиток | 1.Омлет  2.Хлеб пшеничный  3 Чай с сахаром | 1.Бутерброды с слив маслом  3.Чай с сахаром | 1.Пирожок с джемом  2.Чай с сахаром | 1Булочка сдобная  2.Какао |