

Примерное 10-ти дневное меню на летний период

Возрастная категория от 1 года до 3х лет / от 3х лет до 7 лет

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2013 - 680 с.

Первая неделя					
	День 1	День 2	День 3	День 4	День 5
Завтрак	Каша манная молочная	Каша геркулесовая молочная	Каша пшеничная молочная	Каша гречневая молочная	Каша рисовая молочная
	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	Какао на молоке	Кофейный напиток на молоке	Какао на молоке
	Батон с маслом	Батон с маслом	Батон с маслом и сыром	Батон с маслом	Батон с маслом
2-й завтрак	Сок	Фрукт	Сок	Кисломолочный продукт Снежок	Фрукт
Обед	Помидор свежий (нарезка)	Салат из свежей капусты	Огурец свежий (нарезка)	Салат из лобы	Салат из свежих огурцов и помидоров
	Суп куриный с вермишелью	Рассольник на курином бульоне со сметаной	Суп с клецками на курином бульоне	Суп гороховый с гренками на курином бульоне	Свекольник на курином бульоне со сметаной
	Горошница	Котлета рыбная с соусом	Рагу из овощей с курицей	Котлета мясная с соусом	Котлета из курицы с соусом
	Гуляш из курицы	Рис рассыпчатый		Картофельное пюре	Рис отварной
	Чай фруктовый	Компот из с/ф	Кисель	Компот из кураги	Компот из свежих фруктов (яблок)
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	Макароны с сыром	Запеканка из творога с повидлом	Омлет	Запеканка из манной крупы с повидлом	Ватрушка с творогом
	Чай с лимоном	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с лимоном

Вторая неделя					
	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак	Каша пшённая молочная	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша «Дружба» молочная	Каша геркулесовая молочная	Каша манная молочная
	Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Чай с лимоном	Кофейный напиток на молоке	Какао на молоке
	Батон с маслом	Батон с маслом	Батон с маслом и сыром	Батон с маслом	Батон с маслом
2-й завтрак	Сок	Фрукт	Сок	Кисломолочный продукт Снежок	Фрукт
Обед	Помидор свежий (нарезка)	Салат из свежей капусты	Огурец свежий (нарезка)	Салат из лобы	Салат из свежих огурцов и помидоров
	Суп рыбный	Суп рисовый с фрикадельками	Суп яичный на курином бульоне	Суп из овощей на курином бульоне	Борщ на курином бульоне со сметаной
	Бефстроганов из печени	Жаркое по-домашнему с курицей	Рыба тушеная с овощами	Котлета из курицы с соусом	Тефтели мясные с соусом
	Макаронны отварные		Картофельное пюре	Каша гречневая	Рис отварной
	Чай фруктовый	Компот из с/ф	Кисель	Компот из кураги	Компот из свежих фруктов (яблок)
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	Плов с курицей Хлеб	Сырники со сгущённым молоком	Омлет	Вареники ленивые с творогом с маслом сливочным	Ватрушка с сахаром / повидлом
	Какао на молоке	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с лимоном