

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ  В. А. Заяц

Примерное цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 2 – 3 лет, посещающих ГБДОУ с 12-ти часовым пребыванием, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания.

	Завтрак	Второй завтрак	Обед	Полдник
Первый день	Каша молочная «Геркулес» Кофейный напиток Батон нарезной, масло сливочное	Груша свежая	Салат «Свеколка» Щи из св. капусты с курой и сметаной Кнели из кур, соус сметанный Пюре картофельное Чай, Хлеб рж-пш	Котлета рыбная Запеканка овощная Сок персиковый, Йогурт, Батон нарезной
Второй день	Каша молочная пшеничная Чай с сахаром Биойогурт Батон нарезной, Сыр	Яблоко свежее	Помидор свежий Суп картофельный с говядиной Суфле из печени Овощи в молочном сорусе Сок персиковый , Хлеб рж-пш.	Запеканка из творога с джемом Молоко кипяченое Вафли
Третий день	Омлет натуральный Какао с молоком Батон нарезной, масло сливочное	Груша свежая	Икра кабачковая Овощной суп с курой и сметаной Котлеты руб из говядины, соус сметанный Макаронь отварные с овощами Сок яблочный , Хлеб рж-пш.	Биточек из рыбы, Пудинг овощной с смет соусом Кефир Батон нарезной
Четвёртый день	Каша гречневая Чай с молоком Йогурт Батон нарезной, Сыр	Биойогурт	Салат из отв моркови с яблоком Рассольник с курой и сметаной Запеканка картофельная с мясом, Соус молочный Кисель из кураги , Хлеб рж-пш	Овощи припущ в смет соусе Напиток яблочный Булочка «Домашняя»
Пятый день	Яйцо варёное Каша молочная «Дружба» из пшена и риса Кофейный напиток Батон нарезной	Мандарин	Салат из свеклы, сельдь Суп картофельный с горохом и гренками Котлеты руб из кур, запеч с соусом Капуста тушёная Сок яблочный, Хлеб рж-пш	Пудинг из творога с молочным соусом Молоко кипяченое Батон, Йогурт
Шестой день	Каша молочная пшённая Чай с сахаром Батон нарезной Масло сливочное	Яблоко свежее	Винегрет овощной Суп картоф с клёцками и говядиной Хлебцы рыбные Пюре картофельное Сок абрикосовый, Хлеб рж-пш	Рагу из овощей в Компот из кураги Печенье, Йогурт
Седьмой день	Омлет натуральный Зелёный горошек отв Какао с молоком Батон нарезной Повидло	Банан свежий	Огурец свежий Щи из кв капусты с курой и сметаной Тефтели из говядины с яйцом Свекла, туш в соусе Компот из изюма, Хлеб рж-пш	Макаронник Напиток лимонный Батон нарезной, Йогурт
Восьмой день	Каша рисовая молочная Чай с молоком Йогурт Батон нарезной, Сыр	Груша свежая	Икра кабачковая Суп картоф с макар и говядиной Голубцы ленивые Кисель, Хлеб рж-пш	Суфле рыбное Овощи припущ в смет соусе Кефир Батон нарезной
Девятый день	Каша ячневая манная молочная Кофейный напиток Батон нарезной Масло сливочное йогурт	Яблоко свежее	Огурец солёный Суп картофельный с горохом и курой и гренками Тефтели из печени Овощи тушёные Сок яблочный, Хлеб рж-пш	Картофель в молоке Молоко кипячёное Булочка домашняя
Десятый день	Яйцо вареное Каша манная молочная Чай с сахаром Бат нарезной	Биойогурт	Помидор свежий Борщ с капустой, говяд, сметаной и мор капустой Рулет рыбный, Свекла туш в смет соусе Компот из сухофр, Хлеб рж-пш	Запеканка рисовая с творогом с яблочным соусом Биокефир Батон нарезной