

**Примерное цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 – 7(8) лет, посещающих ГБДОУ с 12-ти часовым пребыванием, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания.**

	<b>Завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>
<b>Первый день</b>	Каша молочная «Геркулес» Кофейный напиток Батон нарезной, масло сливочное	Банан свежий	Салат «Свеколка» Суп картофельный с макар и говяд Котлеты руб из говядины Пюре картофельное Сок персиковый , Хлеб рж-пш	Запеканка овощная с мол соусом Чай с лимоном Йогурт, Печенье
<b>Второй день</b>	Каша молочная пшеничная Чай с сахаром Биойогурт Батон нарезной Сыр	Апельсин свежий	Помидор свежий Щи из св. капусты с курой и сметаной Печень по-строгановски Овощи в молочном сорусе Сок яблочный , Хлеб рж-пш.	Запеканка из творога с джемом Молоко кипяченое Батон нарезной
<b>Третий день</b>	Омлет натуральный Какао с молоком Батон нарезной, масло сливочное	Груша свежая	Икра кабачковая Овощной суп с курой и сметаной Кнели из кур, соус сметанный Пюре картофельное Компот из апельсин , Хлеб рж-пш.	Биточки из рыбы Овощи припущ в сметанном соусе Чай с молоком Йогурт,Вафли
<b>Четвёртый день</b>	Каша пшеничная Кофейный напиток Йогурт Батон нарезной,Сыр	Яблоко свежее	Огурец свежий Суп картофельный с клец с говяд Хлебцы рыбные Рагу овощное Сок абрикосовый , Хлеб рж-пш	Запеканка манная с яблоками Молоко кипяченое Сдоба обыкновенная
<b>Пятый день</b>	Яйцо варёное Каша гречневая молочная Чай с сахаром Батон нарезной	Биойогурт	Помидор свежий Рассольник с курой и сметаной Жаркое по-домашнему Напиток витаминный, Хлеб рж-пш	Сосиска отварная Овощи припущ в смет соусе Компот из сухфр
<b>Шестой день</b>	Каша молочная «Дружба» из пшена и риса Кофейный напиток Батон нарезной Масло сливочное	Апельсин свежий	Огурец свежий Суп картоф с горохом и гренками Рулет из говядины с яйцом Свекла, туш в соусе Сок яблочный, Хлеб рж-пш	Пудинг из творога с молочным соусом Кефир обог Печенье
<b>Седьмой день</b>	Омлет натуральный Зелёный горошек отварной Какао с молоком Батон нарезной ,сыр	Банан свежий	Винегрет овощной с сельдью Суп картоф с макар и говядиной Котлеты руб из кур, запеч с соусом Капуста тушёная Компот из изюма, Хлеб рж-пш	Макаронник Компот из св. яблок Батон нарезной Йогурт
<b>Восьмой день</b>	Каша ячневая молочная Чай с молоком Йогурт Батон нарезной Масло сливочное	Груша свежая	Икра кабачковая Щи из кв капусты с курой и сметаной Тефтели из печени Овощи тушёные Сок, Хлеб рж-пш	Запеканка рисовая с творогом с яблочным соусом Кефир Батон нарезной
<b>Девятый день</b>	Каша манная молочная Кофейный напиток Батон нарезной Сыр	Яблоко свежее	Салат из отв моркови с яблоком Рассольник с курой и сметаной Голубцы ленивые Кисель из кураги Хлеб рж-пш	Оладьи из творога с повидлом Молоко кипяченое Булочка «Домашняя» мол
<b>Десятый день</b>	Каша рисовая молочная Чай с сахаром Бат нарезной Яйцо вареное	Биойогурт	Огурец солёный Борщ с капустой, говяд, сметаной и мор кап Шницель рыбный натур рубленный Пюре картофельное с морковью Компот из сухофр, Хлеб рж-пш	Пудинг овощной с сметанным соусом Напиток витаминиз Вафли