

Примерное 10-ти дневное меню на зимний 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	Яблоко	Сок	Кисломолочный продукт Снежок	Сок
Обед	Огурец солёный	Салат из свежей капусты	Салат из свеклы	Салат из отварных овощей	Сельдь солёная
	Суп куриный с вермишелью	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	Суп с клецками на курином бульоне	Суп гороховый с гречками 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
	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Кисель	Компот из с/ф
	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	Макаронны с сыром	Ватрушка с творогом	Омлет	Запеканка из манной крупы со сгущённым молоком	Ватрушка с повидлом
	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	Яблоко	Сок	Кисломолочный продукт Снежок	Сок
Обед	Салат из свежей капусты	Огурец солёный	Салат из свеклы	Винегрет	Салат из отварных овощей
	Суп рыбный	Суп рисовый с фрикадельками	Суп яичный на курином бульоне	Суп из овощей на курином бульоне	Борщ на мясном бульоне со сметаной
	Бефстроганов из печени	Жаркое по домашнему с курицей	Рыба тушеная с овощами	Котлета из курицы с соусом	Тeftели мясные с соусом
	Макаронны отварные		Картофельное пюре	Каша гречневая	Рис отварной
	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Кисель	Компот из с/ф
	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	Булочка с сахаром	Запеканка из творога с морковью
	Какао на молоке	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Какао на молоке	Чай с лимоном

