

Примерное 10-ти дневное меню на летний период

Возрастная категория от 1 года до 3х лет / от 3х лет до 7 лет / от 7 лет до 11 лет

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур 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	Чай с молоком	Какао на молоке
	Батон с маслом сливочным	Корж "Молочный"	Батон с маслом сливочным и сыром	Батон с маслом сливочным	Батон с маслом сливочным
2-й завтрак	Сок	Фрукт	Сок	Снежок или йогурт 2,5 % жирности	Фрукт / сок фруктовый
Обед	Салат из свежей капусты	Помидор свежий (нарезка)	Огурец свежий (нарезка)	Салат из моркови с сахаром	Салат из свежих огурцов
	Суп куриный с вермшелью	Борщ на мясном бульоне со сметаной	Суп гороховый с гренками на курином бульоне	Суп с клецками на курином бульоне	Свекольник на курином бульоне
	Плов с курицей	Гуляш из курицы	Рагу из овощей с курицей	Котлета из говядины	Котлета из курицы Каша гречневая / каша перловая
	Компот из с/ф	Макароны отварные	Кисель	Соус красный	Соус красный
	Хлеб ржано/пшеничный	Компот из яблок	Хлеб ржано/пшеничный	Картофельное пюре/гороховое пюре	Компот из яблок
		Хлеб ржано/пшеничный		Компот из с/ф Хлеб ржано/пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	Макароны отварные с сыром	Запеканка из творога со сгущенным молоком/повидлом	Омлет Чай с сахаром	Коврижка с повидлом	Ватрушка с творогом
	Чай с лимоном	Кофейный напиток на молоке	Хлеб ржано/пшеничный	Чай с сахаром	Чай с лимоном

	Вторая неделя				
	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак	Каша пшеничная молочная	Суп молочный с макаронными изделиями	Каша "Дружба» молочная	Каша кукурузная молочная	Каша манная молочная
	Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Чай с лимоном	Чай с молоком	Какао на молоке
	Корж "Молочный"	Батон с маслом сливочным	Батон с маслом сливочным и сыром	Батон с маслом сливочным	Батон с маслом сливочным
2-й завтрак	Сок	Фрукт	Сок	Снежок или йогурт 2,5 % жирности	Фрукт / сок фруктовый
Обед	Салат из свежей капусты	Помидор свежий (нарезка)	Огурец свежий (нарезка)	Салат из моркови с сахаром	Салат из свежих помидоров
	Суп картофельный с крупой гречневой	Суп рисовый с мясными фрикадельками	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	Суп с рыбными консервами/суп волна	Рассольник на мясном бульоне со сметаной
	Бефстроганов из печени/суфле из печени	Жаркое по-домашнему с курицей	Рыба тушеная с овощами/котлета рыбная / соус	Котлета из курицы	Тефтели мясные Рис отварной
	Макароны отварные	Компот из с/ф	Картофельное пюре	Каша гречневая Соус красный основной	Соус красный основной
	Компот из с/ф	Хлеб ржано/пшеничный	Кисель	Компот из с/ф й	Компот из апельсинов/яблок
	Хлеб ржано/пшеничный		Хлеб ржано/пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Полдник	Плов с курицей	Сырники со сгущённым молоком	Омлет	Вареники с картофелем/капустой	Ватрушка с сахаром/повидлом
	Хлеб ржано/пшеничный	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Хлеб ржано/пшеничный	Чай с сахаром
	Чай с молоком			Чай с сахаром	