



Утверждаю: СП детский сад «Светлячок»

им И. М. Кузнецова

с. Большая Черниговка

Т.А. Алянчикова

*Циклическое 14-ти дневное меню для организации питания детей
в возрасте от 1года до 3 лет, посещающих СП детский сад «Светлячок»
ГБОУ СОШ №1 им И.М. Кузнецова села Большая Черниговка
с 12 часовым пребыванием*

Завтрак

1. Каша молочная манная с маслом 2. Бутерброд с маслом. 3. Молоко кипяченое	1. Суп молочный с рисовой крупой 2. Бутерброд со сгущенкой 3. Чай с лимоном	1. Каша вязкая из смеси круп с тыквой и маслом (В№1). 2. Бутерброд с повидлом. 3. Молоко кипяченое	1. Каша молочная Геркулес» с маслом. 2. Бутерброд с маслом сливочным 3. Яйцо 4. Кисель плодово-ягодный	1. Каша молочная кукурузная с маслом 2. Бутерброд с джемом 3. Чай с молоком	1. Каша пшеничная вязкая с сахаром и с маслом 2. Бутерброд с маслом сливочным 3. Молоко кипяченое	1. Суп молочный с крупой с маслом 2. Бутерброд с сыром «Российским». 3. Чай с сахаром 4. Груша	1. Каша вязкая из смеси круп с яблоками 2. Бутерброд с повидлом 3. Яйцо вареное 4. Чай с молоком	1. Каша вязкая из смеси круп с морковью и маслом. 2. Бутерброд с маслом сливочным 3. Сыр порционно 4. Кисель из повидла	1. Каша вязкая рисовая молочная с маслом 2. Бутерброд с джемом 3. Молоко кипяченое
---	---	--	---	---	---	---	---	--	--

Второй завтрак. Сок яблочный.	Напиток из плодов шиповника	Сок фруктовый	Кефир	Кефир	Сок фруктовый	Кефир	Кефир	Кефир	Напиток Йогурт
---	-----------------------------	---------------	-------	-------	---------------	-------	-------	-------	----------------

Обед

Икра кабачковая 1. Борщ на к/б со сметаной 2. Рис отварной 3. Курица отварная 4. Компот из сухих фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свеклы с зеленым горошком 1. Суп картофельный с вермишелью 2. Каша перловая рассыпчатая 3. Гуляш из отварного мяса 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из репчатого лука 1. Щим/б со сметаной 2. Пюре картофельное 3. Тефтели с соусом 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из соленых огурцов с луком 1. Суп фасолевый со сметаной 2. Голубцы разборные 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым. 1. Рассольник на к.м.б. (мелконашинкованный) со сметаной. 2. Макароны изделия отварные 3. Котлета рубленая 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с клецками на к.м.б 2. Рагу овощное В-№ 2. 3. Курица отварная 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из моркови с яблоками. 1. Суп картофельный с горохом на к.м.б. 2. Каша пшеничная рассыпчатая 3. Соус молочный 4. Биточки паровые 5. Компот из сушеных фруктов «С» 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Икра овощная 1. Борщ с фасолью и картофелем на к.м.б. со сметаной 2. Каша рассыпчатая пшеничная 4. Гуляш из отварного мяса 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Икра морковная 1. Суп картофельный с крупой (пшено) на к.м.б 2. Плов из курицы. 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свежих огурцов 1. Щи из свежей капусты с картофелем на к.м.б. со сметаной 2. Жаркое по – домашнему 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
--	--	--	--	---	---	--	---	---	---

Уплотненный полдник

Салат из моркови с яблоком 1. Макароны запеченные с сыром с маслом 2. Чай с сахаром 3. Яблоко свежее	1. Каша из пшена молочная 2. Булочка, Пирожок печеный из дрожжевого теста). 3. Молоко кипяченое 4. Банан	1. Икра свекольная 2. Рыба запеченная в омлете 3. Кисель плодово-ягодный	1. Салат из свеклы 2. Запеканка пшеничная 3. Молоко кипяченое 4. Яблоко	1. Салат из моркови 2. Суп с пшеном 3. Молоко кипяченое 4. Груша	1. Салат из белокочанной капусты с луком 2. Омлет натуральный с маслом 3. Кисель из повидла Яблоко свежее	1. Каша молочная манная с соком 2. Салат из свеклы с курагой и изюмом 3. Молоко кипяченое 4. Булочка к чаю	1. Крученик из смеси круп 2. Молоко кипяченое 3. Яблоко свежее	1. Винегрет овощной 2. Макароны с маслом 3. Молоко кипяченое 4. Хлеб пшеничный Банан свежий	Икра овощная 1. Суп с рыбными консервами 2. Кисель из джема 3. Хлеб пшеничный Груша свежая
---	---	--	--	---	--	---	--	---	--

11 день	12 день	13 день	14 день
1. Суп молочный с гречневой крупой 2. Бутерброд с маслом. 3. Чай с сахаром	1. каша пшеничная 2. Бутерброд со сгущенкой 3. Чай с лимоном	1. Каша вязкая ячневая 2. Бутерброд с повидлом. 3. Молоко кипяченое	1. Каша молочная Геркулес» с маслом. 2. Бутерброд с маслом сливочным 3. Яйцо 4. Кисель плодово-ягодный

Второй завтрак

Сок яблочный.	Напиток из плодов шиповника	Сок фруктовый	Кефир
---------------	-----------------------------	---------------	-------

Обед

Икра кабачковая 1. Борщ на к/б со сметаной 2. Рис отварной 3. курица отварная 4. Чай с лимоном 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свеклы с зеленым горошком 1. Суп картофельн. с вермишелью 2. Каша перловая рассыпчатая 3. Гуляш из отварного мяса 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из репчатого лука 1. Щим/б со сметаной 2. Пюре картофельное 3. Котлета куриная 4. Компот из сушеных фруктов «С» 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из соленых огурцов с луком 1. Суп домашней лапшой 2. Голубцы разборные 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной
--	---	---	---

Уплотненный полдник

Салат из моркови с яблоком 1. Макароны отварные с маслом и сыром 2. Молоко кипяченое 3. Яблоко свежее	1. Каша из пшеницы молочная 2. Булочка, Пирожок печеный из дрожжевого теста). 3. Молоко кипяченое 4. Банан	1. Икра свекольная 2. Рыба тушеная с овощами 3. Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный	1. Салат из свеклы 2. Каша пшеничная молочная 3. Молоко кипяченое 4. Яблоко
--	---	--	--