День: первый

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Макароны, запеченные с яйцом |
| 2 | Огурцы свежие/помидоры свежие/помидоры соленые |
| 3 | Бутерброды с маслом сливочным |
| 4 | Чай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем |
| 2 | Гуляш |
| 3 | Каша ячневая/пшеничная |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Сок фруктовый |
| **Полдник** |
| 1 | Сырники из творога со сметаной |
| 2 | Молоко кипяченое |

День: второй

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Суп молочный с макаронными изделиями |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным |
| 3 | Чай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп картофельный с крупой (рис) |
| 2 | Пюре картофельное |
| 3 | Котлеты рубленный из говядины/свинины |
| 4 | Салат из свеклы |
| 5 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 6 | Хлеб ржаной |
| 7 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Пирожки печеные из дрожжевого теста(с повидлом) |
| 2 | Кисломолочный продукт «Ряженка»/ «Снежок»/ «Йогурт» |

День: третий

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша манная вязкая с сахаром |
| 2 | Чай с молоком |
| 3 | Бутерброд с повидлом |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп лапша-домашняя |
| 2 | Плов из птицы |
| 3 | Салат из свежих помидоров и огурцов |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Рагу из овощей |
| 2 | Яйца вареные |
| 3 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 4 | Какао с молоком |

День: четвертый

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша рисовая молочная с сахаром |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным |
| 3 | Чай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем |
| 2 | Рыба, тушенная с овощами |
| 3 | Пюре картофельное |
| 4 | Соус томатный |
| 5 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 67 | Хлеб ржанойСок фруктовый |
| **Полдник** |
| 1 | Пряник/Печенье |
| 2 | Молоко кипяченое |

День: пятый

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша вязкая (овсяная молочная) |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным и сыром |
| 3 | Какао с молоком |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп картофельный с бобовыми (горох) |
| 2 | Котлета (мясо птицы) |
| 3 | Рагу из овощей |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Чай с сахаром |
| **Полдник** |
| 1 | Тефтели рыбные |
| 2 | Икра кабачковая |
| 3 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 4 | Кисель из свежих/сушеных плодов |

День: шестой

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Суп молочный с крупой рисовой |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным и сыром |
| 3 | Кофейный напиток на молоке |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп картофельный с крупой (пшено) |
| 2 | Тефтели мясные |
| 3 | Капуста тушеная/кабачки/баклажаны тушеные |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Блинчики фаршированные (повидлом) |
| 2 | День: седьмойНеделя: втораяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |  |
| --- | --- |
| **Завтрак** |   |
| 1 | Омлет натуральный |   |
| 2 | Огурец свежий/помидор свежий/зеленый горошек консервированный |   |
| 34 | Бутерброд с маслом сливочнымЧай с сахаром |   |
| **Второй завтрак** |   |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |   |
| **Обед** |   |
| 1 | Суп картофельный с клецками |
| 2 | Запеканка картофельная с мясом (говядина/птица) |   |
| 3 | Помидор свежий/огурец свежий/капуста квашенная/салат из овощей |   |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |   |
| 5 | Хлеб ржаной |   |
| 6 | Компот из свежих/сушеных фруктов |   |
| **Полдник** |   |
| 1 | Пряник/печенье/вафли |   |
| 2 | Кисломолочный продукт «Ряженка»/ «Снежок»/ «Йогурт» |   |

День: восьмойНеделя: втораяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша вязкая (овсяная молочная) |
| 2 | Сыр (порциями) |
| 34 | Хлеб пшеничный йодированныйЧай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками |
| 2 | Котлета (мясо птицы) |
| 3 | Пюре картофельное |
| 4 | Салат витаминный |
| 5 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 67 | Хлеб ржанойСок фруктовый |
| **Полдник** |
| 1 | Булочка ванильная |

День: девятыйНеделя: втораяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша «Дружба» (рис, пшено) |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным и сыром |
| 3 | Чай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Яблоки печеный/яблоки свежие |
| **Обед** |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем |
| 2 | Птица тушеная |
| 3 | Каша пшеничная/Гречка отварная |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Запеканка творожная со сметанным соусом |
| 2 | Кисель из свежих/сушенных плодов |

День: десятыйНеделя: втораяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Суп молочный с макаронными изделиями |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным |
| 3 | Чай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп с фрикадельками |
| 2 | Рыба, запечённая с морковью |
| 3 | Пюре картофельное |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Ватрушка с творогом |
| 2 | Молоко кипяченое |

 День: одиннадцатыйНеделя: третьяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша вязкая (овсяная молочная) |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным |
| 3 | Чай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп картофельный с крупой (рис) |
| 2 | Пюре картофельное |
| 3 | Котлеты рубленые из говядины/свинины |
| 4 | Салат из свеклы |
| 56 | Хлеб пшеничный йодированныйХлеб ржаной |
| 7 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Пряник/печенье/вафли |
| 2 | Молоко кипяченое |

День: двенадцатыйНеделя: третьяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша рисовая молочная с сахаром |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным |
| 3 | Чай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем |
| 2 | Рыба, тушеная с овощами |
| 3 | Пюре картофельное |
| 4 | Соус томатный |
| 5 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 67 | Хлеб ржанойСок фруктовый |
| **Полдник** |
| 1 | Рагу из овощей |
| 234 | Яйца вареныеХлеб пшеничный йодированныйКакао с молоком |

 |
|   | День: тринадцатыйНеделя: третьяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша манная вязкая с сахаром |
| 2 | Чай с молоком |
| 3 | Бутерброд с повидлом |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп лапша-домашняя |
| 2 | Плов из птицы |
| 3 | Салат из свежих помидоров и огурцов |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Пирожки печеные из дрожжевого теста (с повидлом) |
| 2 | Кисломолочный продукт «Ряженка»/ «Снежок»/ «Йогурт» |

  |
|   | День: четырнадцатыйНеделя: третьяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Суп молочный с крупой рисовой |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным и сыром |
| 3 | Кофейный напиток на молоке |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Фрукты свежие (яблоко/банан/груша/апельсин) |
| **Обед** |
| 1 | Суп картофельный с крупой (пшено) |
| 2 | Тефтели мясные |
| 3 | Капуста тушеная/кабачки/баклажаны тушеные |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Блинчики фаршированные (повидлом) |
| 2 | Молоко кипяченое |

День: пятнадцатыйНеделя: третьяВозрастная категория: от 1,5 до 3 лет

|  |
| --- |
| **Завтрак** |
| 1 | Каша «Дружба» (рис, пшено) |
| 2 | Бутерброды с маслом сливочным и сыром |
| 3 | Чай с сахаром |
| **Второй завтрак** |
| 1 | Яблоки печеный/яблоки свежие |
| **Обед** |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем |
| 2 | Птица тушеная |
| 3 | Каша пшеничная/Гречка отварная |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный |
| 5 | Хлеб ржаной |
| 6 | Компот из свежих/сушеных фруктов |
| **Полдник** |
| 1 | Запеканка творожная со сметанным соусом |
| 2 | Кисель из свежих/сушенных плодов |

 |