

Примерное 10-ти дневное меню на зимний период
Возрастная категория от 1 года до 3х лет / от 3х лет до 7 лет
Дети с пищевой аллергией

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 рисовая безмолочная с изюмом	Каша пшеничная с гуляшом	Каша гречневая с гуляшом	Каша рисовая безмолочная с изюмом	Каша пшеничная безмолочная
	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром
	Батон с повидлом	Батон	Батон	Батон с повидлом	Батон с повидлом
2-й завтрак	Сок	Яблоко	Сок	Сок	Сок
Обед	Огурец соленый	Салат из свежей капусты	Сельдь соленая	Салат из отварных овощей	Салат из моркови с яблоком
	Суп куриный с вермишелью	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	Суп с клецками на курином бульоне	Суп гороховый с гренками 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		Рис рассыпчатый	Картофельное пюре
	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 гуляшом	Булочка «Веснушка»	Омлет Булочка	Запеканка из манной крупы с повидлом	Каша гречневая с гуляшом Хлеб
	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с лимоном

	Вторая неделя				
	День 6	День 7	День 8	День 9	День 10
Завтрак	Каша рисовая безмолочная с изюмом	Каша пшеничная с гуляшом	Каша гречневая с гуляшом	Каша рисовая безмолочная с изюмом	Каша «Дружба» безмолочная
	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Чай с сахаром
	Батон с повидлом	Батон	Батон	Батон с повидлом	Булочка «Веснушка»
2-й завтрак	Сок	Яблоко	Сок	Сок	Сок
Обед	Салат из свежей капусты	Огурец соленый	Салат из свеклы	Винегрет	Салат из моркови с яблоком
	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	Тефтели мясные с соусом
	Макаронные 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	Макаронные с гуляшом	Омлет Булочка	Макаронные отварные с гуляшом хлеб	Запеканка из манной крупы с изюмом
	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром

