Утверждаю

директор МАОУ «Керчевская СОШ»

А.П.Цивелев

**МАОУ «Керчевская СОШ» СП Детский сад**

**10-дневный план-меню для детей в возрасте от 3 до 7 лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***день*** | ***завтрак*** | ***второй завтрак*** | ***обед*** | ***полдник*** |
| **Первый****(понедельник)** | Каша пшеная молочная. | Фрукт | Овощи свежие (помидор). | Кондитерское изделие. |
| Какао с молоком. | Суп картоф с бобовыми. | Чай с лимоном |
| Бутерброд с повидлом. | Картофель отварной с маслом,котлета рыбная. |
| Хлеб , компот. |
| **Второй****(вторник)** | Каша манная. | Фрукт | Суп картоф с крупой. | Булка ванильная. |
| Коф нап с молоком. | Котлета из птицы,рагу из овощей. | Сок. |
| Салат витаминный. |  |
| Бутерброд с маслом. | Чай с сахаром. |
| Хлеб. |
| **Третий (среда)** | Каша кукурузная. | Йогурт | Суп из овощей. | Печенье. |
| Какао с молоком. | Котлета из говядины,мак. изд. с овощами. | Сок. |
| Бутерброд с сыром. | Салат из свежих огурцов. |
| Компот. |
| Хлеб. |
| **Четвертый (четверг)** | Суп молочный с крупой. | Фрукт | Овощи свежие(помидор). | Запеканка из творога. |
| Суп картоф с мак изд,биточки из птицы,пюре картоф. | Чай с лимоном. |
| Коф нап с молоком. |  |
| Бутерброд с маслом. | Компот. |
| Хлеб. |
| **Пятый (пятница)** | Каша пшеничная на молоке. | фрукт | Овощи свежие (огурец). | Печенье. |
| Какао на молоке. | Борщ,рыба отварн,греча.соус. | Чай с лимоном. |
| Компот. |
| Бутерброд с сыром. | Хлеб. |
| ***день*** | ***завтрак*** | ***второй завтрак*** | ***обед*** | ***полдник*** |
| **Шестой (понедельник)** | Каша рисовая. | Фрукт | Овощи свежие порц (помидор). | Яйцо варное. |
| Коф нап с молоком. | Щи,котлета из говядины,пюре картофельное. | Чай с лимоном. |
| Бутерброд с маслом. | Компот. |
| Хлеб . |
| **Седьмой (вторник)** | Каша ячневая. | Фрукт | Салат витаминный. | Кондитерское изделие. |
| Какао с молоком. | Рассольник,котлета рыбная,рис отварной. |
| Компот. | Чай с лимоном. |
| Бутерброд с сыром. | Хлеб. |  |
| **Восьмой (среда)** | Каша кукурузная. | Йогурт | Овощи свежие (помидор). | Ватрушка с повидлом. |
| Коф нап с молоком. | Суп крестьянский. | Сок. |
| Хлеб с маслом . | Котлета из говядины,греча,соус. |
| Хлеб,компот. |
| **Девятый (четверг)** | Суп молочный с мак изд. | Фрукт | Салат витаминный. | Сырники из творога. |
| Какао на молоке. | Суп картоф с фрикадельками рыбными. | Чай с лимоном. |
| Рагу из птицы. |  |
| Бутерброд с повидлом. | Хлеб,компот. |
| **Десятый (пятница)** | Каша рисовая молочная. | Фрукт | Овощи свежие порц(огурец). | Кондитерское изделие. |
| Коф нап с молоком. | Суп из овощей. | Сок. |
| Бутерброд с сыром. | Котлета из говядины, пюре картофельное. |
| Чай с лимином. |
| Хлеб. |