**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ
ЛАГЕРЕЙ, ОРГАНИЗОВАННЫХ НА БАЗЕ ДОШКОЛЬНЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ, В ПЕРИОД ЛЕТНИХ
КАНИКУЛ (ДЕТИ С 7 ДО 10 ЛЕТ)**

1 день меню	2 день	3 день	4 день	5 день
02 и 16 июня	03 и 17 июня	04 и 18 июня	05 и 19 июня	06 и 20 июня
Завтрак				
Яблоки печеные 60 Каша манная молочная жидкая 200 Сыр твердый 20 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб ржано-пшеничный 60 Творожок 100	Запеканка из творога 200 Повидло фруктовое 15 Масло слив.5 Чай черный байховый с лимоном и сахаром 200 Хлеб пшеничный 55 Хлеб ржано-пшеничный 40 Мармелад 60	Огурцы свежие 100 Омлет с зеленым горошком 200 Масло слив.5 Чай черный байховый с молоком и сахаром 200 Хлеб пшеничный 60 Хлеб ржано-пшеничный 40	Морковь, тушенная с курагой 80 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Сыр твердый 20 Какао с молоком 200 Хлеб пшеничный 60 Хлеб ржано-пшеничный 30 Творожок 100	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая 200 Масло слив.5 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб пшеничный 60 Хлеб ржано-пшеничный 40 Чокопай 1 шт
Обед				
Икра свекольная 100 Суп картофельный с бобовыми 215 Гуляш 120 Картофельное пюре 200 Компот из смеси сухофруктов 180 Хлеб пшеничный 110	Маринад овощной с томатом 100 Суп из овощей 220 Печень говяжья по-строгановски 115 Макаронные изд. отв.200 Напиток витаминный 180 Хлеб пшеничный 55 Хлеб ржано-пшеничный 20	Помидоры свежие 100 Борщ с капустой и картофелем 220 Курица в соусе с томатом 90 Каша пшеничная рассыпчатая 150 Отвар шиповника 200 Хлеб пшеничный 60 Хлеб ржано-пшеничный 20	Редис свежий 80 Рассольник домашний 220 Рыба, тушенная в томате с овощами 120 Картофельное пюре 200 Компот из изюма 180 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 30	Горошек зеленый консервированный отварной 60 Свекольник 220 Голубцы ленивые 120 Соус молочный 30 Картофель отварной 190 Напиток витаминный 180 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 20
Полдник				
Кондитерское изделие(печенье) 20 Сок яблочно-персиковый 200 Фрукт (нектарин) 150 Киндер яйцо 1шт (только 02 июня)	Сдоба обыкновенная 45 Кисломолочный напиток 200 Фрукт (Банан) 150	Картофельный пирожок с морковью 100 Кисель плодово-ягодный 200 Фрукт (слива)150 Мини-рулетик 1 шт	Пирожок печеный с капустой 45 Кисломолочный напиток (ацидолакт или наринэ) 200 Фрукт (черешня) 150	Кондитерское изделие (пряник) 60 Сок яблочный неосв.200 Фрукт (Груша) 150

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ
ЛАГЕРЕЙ, ОРГАНИЗОВАННЫХ НА БАЗЕ ДОШКОЛЬНЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ, В ПЕРИОД ЛЕТНИХ
КАНИКУЛ (ДЕТИ С 7 ДО 10 ЛЕТ)**

6 день меню 09 и 23 июня	7 день 10 и 24 июня	8 день 11 июня	9 день 12 июня	10 день 13 июня
Завтрак				
Яблоки печеные 60 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 200 Сыр твердый 20 Чай черный байховый с молоком и сахаром 200 Хлеб ржано-пшеничный 60 Творожок 100	Запеканка из творога 200 Повидло фруктовое 15 Масло слив.5 Чай черный байховый с сахаром 200 Хлеб пшеничный 60 Хлеб ржано-пшеничный 30	Перец сладкий 60 Омлет натуральный 200 Масло слив.5 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб пшеничный 60 Хлеб ржано-пшеничный 40		
Обед				
Икра свекольная 100 Щи из свежей капусты с картофелем 220 Котлеты, биточки, шницели 120 Рагу из овощей 200 Отвар шиповника 180 Хлеб пшеничный 95	Огурцы свежие 100 Борщ с капустой и картофелем 220 Рыба (филе) отварная 120 Соус томатный 30 Картофельное пюре 200 Сок ябл.-грушевый восст. с мякотью 200 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 30	Сельдь с луком 100 Суп картофельный с макаронными изд. 220 Плов из птицы 240 Напиток витаминный 180 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржано-пшеничный 20		
Полдник				
Кондитерское изделие (печенье) 20 Кисель плодово-ягодный 200 Фрукт (нектарин) 100	Блинчики 50 Кисломолочный напиток (снежок) 200 Фрукт (Апельсин) 150 Пастила 60 Киндер яйцо 1шт (только 24 июня)	Пирожок печеный с морковью 45 Кисломолочный напиток (ацидолакт или наринэ) 200 Фрукт (яблоко)100 Шоколадный батончик 1 шт		