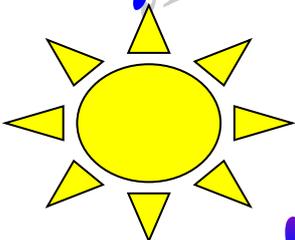


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Инякинская средняя общеобразовательная школа»
муниципального образования – Шировский муниципальный район Рязанской области
391537 Рязанская область, Шировский район, с. Инякино, ул. Озерная, д. 56
Телефон 8(49136)25326, e-mail: inyakino-school@rambler.ru ОГРН 1036234000307;
ИНН/КПП 6225006838/622501001

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник лагеря
Новикова Е.И.

«УТВЕРЖДАЮ»
директор школы
Ерашова Ю.В.



Программа
лагеря дневного пребывания
"СОЛНЫШКО"

(возраст детей 6-14 лет)

Авторы программы:

Стенищева Е.В. (воспитатель)
Изранцев А. Д.(воспитатель)

с. Инякино - 2025г.

Содержание

1. Содержание
2. Пояснительная записка
3. Цель программы
4. Задачи программы
5. Принципы
6. Основные формы реализации программы
7. Кадровое обеспечение
8. Ожидаемые результаты
9. Организация взаимодействия зимнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей «Солнышко» с социумом
10. Режим дня
11. Мероприятия
12. Меню

Пояснительная записка

В современной России воспитание подрастающего поколения находится в зоне особого внимания государства. Формирование поколения, разделяющего духовно-нравственные ценности российского общества, является стратегической задачей на современном этапе, что отражено в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. No 996-р).

В младшем школьном возрасте ребенок не только осваивает новые социальные роли и виды деятельности – это благоприятный период для усвоения знаний о духовных и культурных традициях народов родной страны, традиционных ценностей, правил, норм поведения, принятых в обществе. «Знание младшим школьником социальных норм и традиций, понимание важности следования им имеет особое значение... поскольку облегчает его вхождение в широкий социальный мир, в открывающуюся ему систему общественных отношений» (Примерная программа воспитания, Москва, 2020 г.).

Формирование социально-активной личности младшего школьника в рамках данной программы основывается на духовно-нравственных ценностях, значимых для его личностного развития и доступных для понимания: Родина, семья, команда, природа, познание, здоровье.

Ежегодно для учащихся проводится оздоровительная смена в летнем оздоровительном лагере дневного пребывания «Солнышко», который функционирует на базе МБОУ «Инякинская СОШ».

В нем отдыхают учащиеся 1-8 классов.

Для того чтобы отдых сделать полноценным разработана программа.

Разработка данной программы организации летнего каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей была вызвана:

- повышением спроса родителей и детей на организованный отдых школьников;
- модернизацией старых форм работы и введением новых;
- необходимостью использования богатого творческого потенциала подростков и педагогов в реализации цели и задач программы.

Над реализацией программы летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием работает педагогический коллектив из числа лучших учителей школы совместно с работниками ФАП с. Инякино, учреждениями микросоциума.

Методической основой программы смены является методика коллективной творческой деятельности И. П. Иванова. Коллективно-творческая деятельность – это совместная деятельность детей и взрослых, направленная на развитие навыков социального взаимодействия, творческих способностей и интеллекта, а также формирование организаторских способностей каждого участника деятельности. Смысл методики состоит в том, что ребята с первого по выпускной классы учатся коллективному общественному творчеству. Основное правило:

«Всё – творчески, иначе зачем?» Методика коллективной творческой деятельности даёт исключительно высокий педагогический эффект – на ней успешно повзрослели сотни тысяч ребят. В системе лагерной смены коллективно-творческие дела проводятся с чередованием разных видов творческой активности детей. В основу коллективной творческой деятельности положены три основных идеи:

- дело должно быть направлено на решение каких-либо образовательных, воспитательных задач, улучшение условий жизни, принесение пользы обществу;
- работа носит коллективный характер, базируется на совместном проведении и включает взаимодействие детей и взрослых;
- деятельность должна быть необычной, непохожей на иные, и помогать в раскрытии природного потенциала детей.

Целевой блок

Цель – развитие социально-активной личности ребёнка на основе духовно-нравственных ценностей и культурных традиций многонационального народа Российской Федерации.

Задачи:

- содействовать развитию у ребёнка навыков социализации, выстраивания взаимодействия внутри коллектива и с окружающими людьми посредством познавательной, игровой и коллективной творческой деятельности;
- познакомить детей с культурными традициями многонационального народа Российской Федерации;
- формировать положительное отношение ребёнка и детского коллектива к духовно-нравственным ценностям: Родина, семья, команда, природа, познание, здоровье;
- способствовать развитию у ребёнка навыков самостоятельности: самообслуживания и безопасной жизнедеятельности;
- формировать интерес ребёнка к дальнейшему участию в программе социальной активности учащихся начальных классов «Орлята России» и проектах Российского движения школьников.

Предполагаемые результаты программы:

- положительное отношение ребёнка к духовно-нравственным ценностям: Родина, семья, команда, природа, познание, спорт и здоровье;
- получение ребёнком положительного опыта взаимодействия друг с другом и внутри коллектива;
- проявление ребёнком интереса к различным видам деятельности (творческой, игровой, физкультурно-оздоровительной, познавательной);
- проявление ребёнком базовых умений самостоятельной

жизнедеятельности: самообслуживание, бережное отношение к своей жизни и здоровью, безопасное поведение.

Задачи программы

- Проведение работы с детьми, сочетающей развитие и воспитание ребят с оздоровительным отдыхом;
- Развитие творческих способностей;
- Воспитание культуры поведения;
- Формирование у ребят навыков общения и толерантности;
- Привитие навыков здорового образа жизни.

Принципы

Программа летнего оздоровительного лагеря «Солнышко» опирается на следующие принципы:

- принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей младших школьников при выборе содержания и форм деятельности;
- принцип событийности общелагерных дел и мероприятий, т.е. значительности и необычности каждого события как факта коллективной и личной жизни ребёнка в детском лагере;
- принцип включения детей в систему самоуправления жизнедеятельностью детского коллектива, направленный на формирование лидерского опыта и актуализацию активного участия в коллективных делах;
- принцип конфиденциальности в разрешении личных проблем и конфликтов детей, уважения личного мира каждого ребёнка.

Основные формы реализации программы

Летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей «Солнышко» - это педагогическая система, способствующая развитию ребенка как творческой личности, его духовного и физического саморазвития, возможности для воспитания трудолюбия, активности, целеустремленности, здорового образа жизни.

В основу реализации программы заложены разнообразные формы и методы.

Содержание программы

Организационно-педагогическая деятельность

- комплектование штата лагеря кадрами
- участие в семинарах по организации летнего отдыха для начальников лагерей
- совещание при директоре по организации летнего отдыха учащихся
- проведение инструктажей с воспитателями по технике безопасности и охране здоровья детей

Оздоровительная работа

Основополагающими идеями в работе с детьми в пришкольном летнем лагере является сохранение и укрепление здоровья детей, поэтому в программу включены следующие мероприятия:

ежедневный осмотр детей медицинским работником;
утренняя гимнастика;
принятие воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере);
организация пешеходных экскурсий;
организация здорового питания детей;
организация спортивно-массовых мероприятий:
соревнования по лёгкой атлетике;
спортивные эстафеты;
подвижные спортивные игры.

Работа по сплочению коллектива воспитанников

Для повышения воспитательного эффекта программы и развития коммуникативных способностей с детьми проводятся:

- Общий сбор участников «Здравствуй, лагерь»
- Игровой час «Играю я – играют друзья»
- Творческая встреча орлят «Знакомьтесь, это – мы!»
- Игры на выявление лидеров «Верёвочка», «Карабас».
- Игры на сплочение коллектива «Зоопарк – 1», «Заколдованный замок», «Шишки, жёлуди, орехи», «Казачьи-разбойники», «Да» и «Нет» не говори!», «Хвост дракона», «Зоопарк-2».

Ключевыми памятными датами, взятыми за основу смен в 2022 году, станут: Год культурного наследия народов России, год 350-летия со дня рождения Российского императора Петра I, 100-летие Пионерской организации.

Профилактические мероприятия и мероприятия по предупреждению чрезвычайных ситуаций и охране жизни детей в летний период

- **Инструктажи для детей:** «Правила пожарной безопасности», «Правила поведения детей при прогулках и походах», «Правила при поездках в автотранспорте», «Безопасность детей при проведении спортивных мероприятий»;
- Беседы: «Как ухаживать за зубами?», «Путешествие в страну витаминию», «О вреде наркотиков, курения, употребления алкоголя», «Как беречь глаза?»;
- Игра-беседа «Уроки безопасности при пожаре» ;
- Профилактическая беседа о правонарушениях несовершеннолетних с приглашением инспектора

- Инструкции по основам безопасности жизнедеятельности: «Один дома», «Правила поведения с незнакомыми людьми», «Правила поведения и безопасности в летний период», «Меры доврачебной помощи»;

Работа по развитию творческих способностей детей

- Оформление отрядного уголка, стенных газет;
- Ярмарка идей и предложений;
- Мероприятия на развитие творческого мышления: Загадки, кроссворды, ребусы, викторина «Смекалка, эрудиция и смех – неотъемлемый успех!», конкурсная программа «Великолепная семёрка», «Эрудит – шоу», конкурс – игра «Весёлые минутки», конкурс танцевального мастерства «В ритме танца», интеллектуальная игра «Разноцветная капля», конкурс – игра «Счастливый случай», «Поле чудес»; Итоговая выставка поделок, рисунков.

Работа по патриотическому развитию детей

- Беседа «Символика Российской Федерации»;
- Дискуссия «Природа моего края»;
- Беседа «Поговорим о матушке-природе»;
- Конкурс рисунков – «Мое село!»

Работа по привитию навыков самоуправления

- Выявление лидеров, генераторов идей;
- Распределение обязанностей в отряде;
- Закрепление ответственных по различным видам поручений;
- Дежурство по столовой, игровым комнатам.

Кадровое обеспечение

- педагоги-воспитатели;
- начальник лагеря;
- обслуживающий персонал;
- органы самоуправления.

Ожидаемые результаты выполнения программы деятельности лагеря:

- общее оздоровление детей;
- укрепление здоровья детей через
 - ✚ соблюдение режима питания;
 - ✚ витаминизацию организма;
 - ✚ закаливание организма;
 - ✚ организацию игр и проведение мероприятий на свежем воздухе

- пополнение жизни детей интересными социо-культурными событиями;
- укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов;
- развитие творческих способностей, инициативы и активности ребёнка;
- привитие навыков самообслуживания;
- чувство патриотизма;
- уважение к родной природе.

Организация взаимодействия летнего оздоровительного лагеря «Солнышко» с дневным пребыванием детей с социумом.



Режим дня



8.30 Сбор детей

8.40 Церемония подъёма государственного флага РФ

8.50-9.00

Зарядка Игры на свежем воздухе

Музыка звучит: пора, пора!

С добрым утром, детвора,

И тотчас же по порядку

Всем ребятам на зарядку!



9.00-9.30

Завтрак



Всем за стол! Узнать пора,
Чем богаты повара!

9.30-13.00

Отрядные, лагерные дела

Раз пришел веселый час,

Здесь играют все у нас!

13.00-13.30

Обед



Но у всех, смешливых даже,

За столом серьезный вид.

За обедом виден сразу аппетит.

13.30-14.30

Занятия по интересам

Не грустят в семействе нашем,

Мы поем, рисуем, пляшем,

Мастерим, умеем шить,

Все занятия хороши!



14.30.-14.45

Полдник

Вот и снова горн поет,

Сладкий фрукт в столовой ждет!

14.45-15.00 **Подведение итогов Уход домой.**

А теперь всем: "ДО СВИДАНИЯ!"

Завтра снова мы придем

МЕРОПРИЯТИЯ

№	Дата	Мероприятия	Ответственные
1	02.06.2025	День открытия лагеря: «Здравствуй, Лето!» 1.Открытие лагеря «Ура! Каникулы!». 2.Торжественная церемония подъема Государственного флага Российской Федерации и исполнение Государственного гимна 3.Инструктаж по пожарной безопасности Организация мини - собрания «Будем знакомы»: а) знакомство с режимом б) выбор актива, песни, речёвки, эмблемы в) инструктаж по техники безопасности г) антропометрические данные Игра «Моя Россия в символах» Подвижные игры на свежем воздухе Подведение итогов дня, беседа – инструктаж по ПДД 4.Рисунки на асфальте «Мама, папа, я – счастливая семья!». 5.Занятие «Разноцветная палитра»	Воспитатели, начальник лагеря
2	03.06.2025	День правил дорожного движения 1. Зарядка 2. Занятия по ПДД «Правила дорожные знать каждому положено» 3. Оформление отрядных уголков и уголка лагеря. 4. Игра «Безопасное колесо». 5. Игротека 6. Викторина «Дорожная азбука» 7. Конкурс рисунков «Я рисую лето»	Воспитатели
3	04.06.2025	День сюрпризов 1. Фестиваль танца. 2. Игра «Утро неожиданностей». 3. Минутка здоровья «Витамины - наши друзья». 4. Конкурс икебаны. 5. Прогулка. Игры на свежем воздухе. 6. Занятие «Разноцветная палитра»	Воспитатели

4	05.06.2025	<p>День окружающей среды</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зарядка 2. Минутка здоровья «Зеленая аптечка» 3. Конкурс рисунков «Растения, которые я хотел бы спасти» 4. «Экологический марафон»- квест–игра. 5. Экологическая игра викторина «Лесной карнавал» 6. Операция «Уничтожение шпионов – сорняков» (работа на клумбе) 7. Кружок «Знай и люби свой край» 	<p>Воспитатели</p> <p>СДК</p>
5	06.06.2025	<p>День русского языка. Пушкинский день.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зарядка 2. Минутка здоровья «Осанка – основа красивой походки» 3. Викторина по сказкам «Читая А.С. Пушкина» 4. « Я сказку расскажу, рисуя»- творческий конкурс к Пушкинскому дню и 195 – летию книги А.С.Пушкина «Сказка о попе и работнике его Балде». 5. Прогулка. Игры на свежем воздухе. 6. Мультфильмы по сказкам А.С.Пушкина 7. Поливка цветов. 8. Дискотека. 	<p>Воспитатели</p> <p>СДК</p>

№	Дата	Мероприятия	Ответственные
1	09.06.2025	<p>День друзей: «Я люблю своих друзей»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Линейка 2. Зарядка 3. Инструктаж по технике безопасности «Как уберечься от клеща. Правила оказания первой помощи при укусе клеща» 4. «Союз – мультфильм приглашает» 5. Мастер-класс к всемирному дню друзей «Обнимемся крепче» 6. « День дружбы»- игровая программа 7. Книжная площадка «С детства дружбой дорожи» 	<p>Воспитатели</p> <p>СДК</p>

		8. Танцевальная программа «Танцуем вместе!» 9. Игра – викторина «В дружбе наша сила» 10. Подведение итогов дня.	
2	10.06.2025	<p align="center">День прикладного искусства в России</p> 1. Зарядка 2. Мастер-класс по изготовлению поделок «Тебе, моё село родное». 3. Турнир знатоков народного творчества «Забытая старина: традиции и ремесла города Рязани и области». 4. Минутка безопасности «Безопасность детей при проведении игры на местности». 5. Экскурсия в сельский музей (СДК) «История художественных промыслов и народных ремесел». 6. Сбор материала для конкурса поделок «Лесное чудо» 7. Минутка здоровья «Осанка – основа красивой походки»	
3	11.06.2025	<p align="center">День России</p> 1. Зарядка. 2. Минутка здоровья "Как сберечь глаза». 3. Акция « Окна России». 4. Патриотический час «Отчего так в России берёзы шумят». 5. Разучивание русских игр. 6. Конкурс рисунков «Моё любимое село». 7. Занятие «Знай и люби свой край»	Воспитатели Инякинская сельская библиотека и СДК
4	16.06.2025	<p align="center">День смеха и забав</p> 1. Зарядка. 2. Минутка здоровья. Беседа « У меня хорошее настроение» 3. 100 лет открытию Всесоюзного пионерского лагеря «Артек». 4. Викторина «Устами младенца». 5. Занятия по интересам 6. «Союз – мультфильм приглашает» 7. Работа на клумбах. 8. Конкурс модельеров. 9. Подведение итогов дня	Воспитатели
5	17.06.2025	День танца.	

		<ol style="list-style-type: none"> 1. Минутка здоровья «Как ухаживать за зубами?». 2. Танцевальная программа «Вот и лето пришло» 3. Мастер-классы «Танцуешь ты, танцую я, танцуют все мои друзья!» 4. Творческая игра-соревнование «Музыкальный экспресс». 5. Подвижные игры на свежем воздухе. 6. Подведение итогов дня 	<p>Воспитатели</p> <p>СДК</p>
6	18.06.2025	<p style="text-align: center;">День открытий</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зарядка 2. Минутка здоровья «Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге 3. Игра «Поиск сокровищ» 4. Занятия с психологом «Что я знаю о себе. Моё уникальное «Я». 5. Мульт – викторина «Я имею право...» 6. Волшебная кисточка (конкурс рисунков). 	<p>Воспитатели</p>
7	19.06.2024	<p style="text-align: center;">День этикета</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зарядка. 2. Викторина «Если станем дружно жить, не придётся нам тужить» 3. Игра «Не для того в гости идут, что дома нечего обедать» 4. Обучающий практикум «У меня зазвонил телефон» 5. Урок доброты «О братьях наших меньших». 6. Работа на цветнике. 	<p>Воспитатели</p>
8	20.06.2025	<p>День памяти и скорби «Поклонимся великим тем годам...»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Линейка 2. Зарядка 3. Инструктаж по ТБ «Правила поведения на экскурсии» 4. Экскурсия к памятнику «Обелиск» (чтение, подготовленных стихотворений, возложение цветов) 6. Акция «Зажги свечу памяти» 7. Час памяти «Перед глазами 41 вый, внезапно прерванный войной». 8. Видеоурок «Гром грянул. Началась война» 9. Презентация и беседа «И дети тоже победили в 	<p>Воспитатели</p> <p>СДК</p>

		<p>той войне!»</p> <p>10. Конкурс военной песни и стихов.</p> <p>11. Конкурс рисунков на асфальте, посвящённых ВОВ»</p> <p>12. Подвижные игры на свежем воздухе</p>	
9	23.06.2025	<p style="text-align: center;">День цифры</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Торжественная линейка с поднятием флага 2. Зарядка 3. Инструктаж по ТБ «Правила поведения при работе с компьютером» 4. Экскурсия на детскую площадку 5. Образовательно-развлекательная командная игра «В поисках технологий» (Знакомство с информационными технологиями и популярными ИТ профессиями) 6. Коллективные игры в помещении (шашки, шахматы) 7. Беседа «Компьютер и здоровье» 8. Подвижные игры на свежем воздухе 9. Подведение итогов дня, беседа – инструктаж по ПДД 	Воспитатели
10	24.06.2025	<p style="text-align: center;">День поля</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Линейка 2. Зарядка 3. Инструктаж по ТБ «Правила безопасности на природе 4. Игра-викторина «Полевые растения» 5. Мастер-класс «Создание летней корзины цветов» 6. Игровая программа «От игры к спорту» 7. «Союз- мультфильм приглашает» 8. Мероприятие «Хлеб – всему голова 9. Презентация «Профессии сельского хозяйства» 10. Мастерская «Очень умелые ручки» 	Воспитатели
11	25.06.2025	<p style="text-align: center;">День сказок</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Линейка 2. Зарядка 3. Антропометрические данные 4. Инструктаж по ТБ «Предупреждение детского травматизма» 5. Сказочная эстафета: «В гостях у сказки» 6. Конкурс рисунков: «Мой любимый сказочный 	Воспитатели

		<p>герой»</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Экскурсия на детскую площадку 8. Развлекательно - игровая программа «Волшебный мир сказок» 9. Киносеанс «В гостях у сказки» 10. Коллективные игры в помещении 11. Подвижные игры на свежем воздухе 12. Подведение итогов дня, беседа – инструктаж по ПДД 	
12	26.06.2025	<p style="text-align: center;">День лагерных рекордов</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зарядка. 2. Операция «Огород» 3. Открытие малых олимпийских игр. Многоборье (бег, прыжки, метание, отжимание) 4. Акция «Цена зависимости – жизнь». 5. Шок-урок «Темнота тоже распространяется со скоростью света» 6. Эстафета «веселые старты». 7. Конкурс рисунков: «О спорт - ты жизнь» 8. Соревнование по настольному теннису. 9. Минутка здоровья «Закаливание». 10. Кружок «Знай и люби свой край» 	<p>Воспитатели</p> <p>СДК и библиотека</p>
13	27.06.2024	<p style="text-align: center;">День Первых в ЛОЛ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Торжественная линей в лагере 2. Зарядка 3. Флешмоб «Будь первым» 4. Инструктаж по ТБ «Оказание первой медицинской помощи» 5. Видеопрезентация: «Говорим о Движении первых» 6. Подвижные игры на свежем воздухе «Игры для разогрева Первых» 7. КВИЗ «Ценности Движения первых» 8. Коллективные игры в помещении 9. Подведение итогов дня, беседа – инструктаж по ПДД 	<p>Воспитатели</p> <p>ДК</p>
14	30.06.2024	<p style="text-align: center;">День Безопасности.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зарядка 2. Уроки первой медицинской помощи. 3. Конкурсная программа «Мы и чрезвычайные ситуации!» 4. Игра-соревнование «Знаем правила движения, как таблицу умножения» 5. Конкурс рисунков «Люби свою землю» 	<p>Воспитатели</p> <p>Родители</p>

	<ol style="list-style-type: none">6. Игра-викторина «Знай своё Отечество»7. Кинолекторий «Князь Владимир»8. Патриотический коллаж «Россия - все, чем я живу»9. Подвижные игры на свежем воздухе10. Подведение итогов дня, беседа – инструктаж по ПДД11. Закрытие лагеря.	
--	---	--



МЕНЮ

№п/п	Завтрак	Обед	Полдник
1	Каша рисовая молочная Чай с лимоном Печенье Батон в/с	Щи из свежей капусты с курицей Макароны отварные Мясо запеченое Кисель Сухари Хлеб ржаной	Сок фруктовый Яблоко
2	Каша гречневая молочная Чай с лимоном Печенье Батон в/с	Суп гороховый Картофельное пюре Рыба запеченная Овощи свежие – огурцы (порционная нарезка) Компот из сухофруктов Печенье Хлеб ржаной	Сок фруктовый Груша
3	Каша пшенная молочная Чай с сахаром Печенье Батон в/с	Суп рыбный Гречка отварная Гуляш из курицы Компот из сухофруктов Пастила Хлеб ржаной	Сок фруктовый Яблоко
4	Каша “Геркулес” молочная Чай с сахаром Печенье Батон в/с	Суп рисовый с курицей Макароны, запеченные с сыром Компот из сухофруктов Печенье Хлеб ржаной	Йогурт Пряник
5	Каша манная молочная Чай с сахаром Печенье Батон в/с	Суп рыбный Плов с отварной птицей Овощи свежие – помидоры (порционная нарезка) Компот из сухофруктов Зефир Хлеб ржаной	Творожная запеканка Кисель
6	Каша геркулесовая молочная Чай с сахаром Печенье Батон в/с	Щи из свежей капусты с курицей Макароны отварные Гуляш из курицы Компот из сухофруктов Сухари Хлеб ржаной	Какао с молоком Пряник

7	Каша рисовая молочная Кисель Печенье Батон в/с	Суп гороховый с курицей Картофельное пюре Рыба запеченная Кофейный напиток Печенье Хлеб ржаной	Сок фруктовый Груша
8	Каша пшеничная молочная Чай с сахаром Печенье Батон в/с	Суп рыбный Гречка отварная Гуляш из курицы Кисломолочный напиток Пастила Хлеб ржаной	Творожная запеканка Кисель
9	Каша рисовая молочная Кисель Печенье Батон в/с	Суп рисовый с курицей Макарон, запеченные с сыром Овощи свежие – огурцы (порционная нарезка) Компот из сухофруктов Печенье Хлеб ржаной	Йогурт Пряник
10	Каша «Геркулес» молочная Чай с сахаром Печенье Батон в/с	Щи из свежей капусты с курицей Рис отварной Рыба запеченная Компот из сухофруктов Сухари Хлеб ржаной	Зефир Яблоко
11	Каша рисовая молочная Кисломолочный напиток Печенье Батон в/с	Суп рисовый с курицей Картофельное пюре Овощи свежие – огурцы, помидоры (порционная нарезка) Чай с сахаром Пряники Хлеб ржаной	Сок фруктовый Яблоко
12	Каша «Геркулес» молочная Чай с сахаром Печенье Батон в/с	Суп гороховый Рис отварной Курица запеченная Кофейный напиток Печенье Хлеб ржаной	Сок фруктовый Груша
13	Вермишель молочная Кисель Печенье Батон в/с	Щи из свежей капусты с курицей Картофельное пюре Курица запеченная Овощи свежие – огурцы (порционная нарезка) Чай с сахаром Сухари Хлеб ржаной	Снежок Пряник
14	Каша гречневая молочная Чай с сахаром Печенье Батон в/с	Суп с вермишелью на курином бульоне Макарон отварные Рыба запеченная Овощи свежие – огурцы (порционная нарезка) Компот из сухофруктов Пряник Хлеб ржаной	Сок фруктовый Яблоко Зефир

