

Завтрак

Каша (манная, пшенная, рисовая, гречневая, «дружба», ячневая..) – ложка чайная, десертная

Нож используется со второй половины года младшей группы (только во время завтрака). Использование ножа во время завтрака, обеда, ужина – по мере необходимости: средняя группа

При использовании ножа – не перекладывать нож из правой руки, в левую

Сливочное масло

Помните! Нельзя мазать маслом хлеб, держа его на ладони на весу.

Младшая группа	Масло лежит на хлебе готовым кусочком
Средняя группа	
Старшая группа	Масло лежит на блюде кусочком, дети берут нож и переносят масло себе на кусочек хлеба
Подготовительная группа	

Обед

Суп следует есть не с конца ложки, а с бокового края. Не надо себя мучить вопросом, в какую сторону наклонить тарелку с супом. Небольшое количество супа просто оставляют в тарелке. Ни во время еды, ни после ложки не кладут на стол, а оставляют ее в тарелке.

меню	Наши помощники
Салат из зеленого горошка, свеклы	Вилка
Салат из свежего огурца, помидор или винегрет	Вилка, ножом помогаем (нож в левой руке)
Салат из свежей капусты с морковью	Вилка
Омлет	Нож, вилка (нож в правой руке)
Запеканка творожная, «лакомка»	Вилка
Запеканка картофельная с	Вилка

мясом	
Пудинг творожный с изюмом	Вилка
«Ленивые» голубцы	Вилка
Печень по – «строгоновски»	Вилка
Суфле рыбное, мясное	Вилка
Ежики мясные	Отделяя вилокoй на небольшие кусочки, вилка в правой руке
Курица порционная	Мясистые части птицы - с помощью ножа и вилки; допускается есть руками после
Котлеты: мясные, рыбные	Не принято предварительно резать котлету на кусочки, затем перекладывать вилку в правую руку и есть. Режим небольшим кусочком, потом следующий и т.д. Нож, вилка (закрепляем навык пользования ножом)
Котлеты мясные рубленные	Нож, вилка
Жаркое (куры, картофель, (или капуста) лук, морковь)	Вилка
Рыба в омлете	Вилка, нож в правой руке
Рыба, припущенная с овощами	Вилка в правой руке, а в левой кусочек хлеба. Хлеб служит для придерживания кусочка рыбы, а вилка – для отделения костей, с ее помощью подносите кусок рыбы ко рту.
Рыба порционная	Вилка в правой руке, а в левой кусочек хлеба. Хлеб служит для придерживания кусочка рыбы, а вилка – для отделения костей, с ее помощью подносите кусок рыбы ко рту.
Зразы картофельные с мясом	Вилка
Пирожок (с рыбой, картофелем,	Руками

печенью ...)	
«Ленивые» вареники	Вилка
Сосиска	Нож в правой руке, вилка
Макароны с сыром	Вилка
Свекла порционная	Вилка
Огурец порционный	Вилка
Помидор порционный	Вилка
Салат: • свекла с маринован ным огурцом • с луком • с яблоком	Вилка
Гарнир: отварная гречка, картофельное пюре, вермишель отварная, тушеная капуста....	Вилка

Помощник воспитателя разливает вначале

1.Компот

2. Салат; суп

Во время еды суповые тарелки и салатницы ставятся стопочкой с двух сторон на край стола. (дети обращаются с просьбой помочь передать тарелку)

3. Второе блюдо постепенно по мере съедания пищи.