**Салат «Здоровье»**

Морковь, капусту, яблок натереть на тёрке.

Нарезать зелёный лук и зелень.

Добавить растительное масло, соль,

сахар и 1 ст. л. уксуса. Всё перемешать.

**Яблочно-морковный салат**

Попросите малышей помочь вам очистить, нарезать кусочками и натереть на тёрке

одну морковку и два яблока.

Смешайте в салатике натёртые яблоки и морковь, добавьте полстакана изюма,

треть стакана майонеза и чайную ложку

лимонного сока.

**Картофельный салат «Кубик»**

Отварной картофель нарезать кубиками, мелко порезать укроп, петрушку,

зелёный лук.

Посолить, перемешать, заправить растительным маслом.

**Морковный салат**

Натереть сырую морковь на тёрке или использовать для этого

кухонный комбайн.

Добавить сахарный песок, перемешать.

**Цветной бутерброд**

Пачку сливочного масла размять вилкой.

Мелко нарезать укроп, добавить в масло.

Посолить, хорошо перемешать.

Намазать на хлеб или булку.



с. Мужи 2018 год



**МБДОУ «Детский сад**

**«Аленушка»**

**Готовим**

**вместе с детьми**

**Ванильные коктейли**

Раздайте малышам стаканчики

и налейте в них 150-170 мл молока. Попросите детей добавить в молоко

пол чайной ложки сахара,

немного ванилина и капельку

пищевого красителя, а затем

хорошенько перемешать.

**Лиловые коктейли**

Раздайте детям баночки

из-под детского питания.

Попросите положить туда ложечку ванильного мороженого, добавить две столовые ложки виноградного сока и две столовые ложки молока,

а затем хорошенько потрясти.

**Коктейль «Буратино»**

Положить в миксер

фруктовое мороженое,

варенье и налить кефир

(полстакана на одну порцию).

Всё хорошо взбить, процедить

и сразу подавать к столу.

**Коктейль «Снегурочка»**

Мороженое взбить в миксере с молоком (1 литр молока + 500 гр. ванильного мороженого).

Подавать в бокалах с трубочкой.

**Фруктовый торт-желе**

Приготовить жидкий желатин

По две штуки бананов, киви, апельсинов, яблок, груш очистить и нарезать дольками или кружочками.

Положить их в форму узорами так, чтобы на дне оказались те фрукты, которые потом будут находиться наверху (киви, апельсины).

Залить желатин в форму с фруктами.

Поставить в холодильник на два часа.

**«Остров-клумба»**

Молотые печенье и орехи растереть с варёной сгущёнкой, смешать до густой массы. Слепить из массы «остров». Полплитки шоколада растопить с 2-мя ложками воды.

Обсыпать орехами и облить шоколадом. Украсить цветным мармеладом (орехами, изюмом,...)

Поставить на время в холодильник.

**Рождественский крюшон**

Размять полстакана клюквы

со стаканом сахара.

Апельсины и яблоки очистить,

нарезать дольками.

Положить всё в глубокое блюдо

- «крюшонницу».

Залить минеральной водой.

**Крем для пирожных**

Пачку размягчённого

сливочного масла и сгущенное

молоко взбить миксером.

Намазать крем на булку

(«быстрые пирожные»)

или использовать

маленькие тарталетки.

**Десерт «Сладкоежка»**

Ананас, бананы, яблоки

нарезать кубиками.

Добавить ягоды винограда.

Залить смесью йогурта и

сгущённого молока.