Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

 «Детский сад № 103» г. Перми

**Удачный день берет начало с сытного завтрака.**

Подготовила воспитатель

Безматерных О.С

**Омлет "Цыпленок в гнездышке"**

На одну порцию омлета с хлебом нам понадобится:

Яйцо - 1 шт.

Хлеб белый (батон) - 1 ломтик

Масло сливочное - 25 г

Соль - по вкусу, зелень по желанию



Немного взбиваем яйцо. Из Солим. Из ломтика хлеба вырезаем мякоть. Ее можно поджарить вместе с омлетом,

а можно съесть и так.



Берем маленькую сковороду с плоским дном, нагреваем.

Растапливаем масло и обжариваем в нем хлебный ободок

с двух сторон на небольшом огне.



Теперь наливаем немного взбитого яйца. Хлеб прижимаем к сковороде лопаточкой. Ждем, когда яйцо чуть «схватится», образуя донце.



Когда выливаем в хлебную форму остальное яйцо, накрываем сковороду крышкой и жарим омлет на слабом огне до готовности.

Готовый омлет можно присыпать зеленью, перцем, полить сметаной – на ваш вкус!

**Старорусские творожные колобки**

Ингредиенты: творог – 500 гр.

Яйцо куриное – 2 шт.

Сахар – 3-4 ст. ложек

Крупа манная – 2 ст. ложки

Мука пшеничная  — 3 ст. ложки

Клюква вяленая  — 50 гр. Соль  щепотка



Творог разомните вилкой добавьте манную крупу. В творожную массу добавьте одно яйцо и белок. Желток второго яйца оставим. Также добавьте соль, сахар и клюкву. Все хорошо перемешайте.

В последний момент добавьте муку, перемешайте и дайте массе постоять 8-10 минут. Противень застелите бумагой для выпечки. Влажными руками сформируйте, объемом со столовую ложку. Выложите их на противень

Желток немного взбейте вилкой и смажьте колобки силиконовой кистью. Уберите в разогретую до 200 градусов духовку на 15-20 минут. Старорусские творожные колобки готовы!

 **Взбитая манная каша**

****Ингредиенты:

клубника – 100 гр

Ежевика – 100 гр,

манная крупа – 4 ст. ложки

сахар – 5 ст. ложек

соль щепотка

ванильный сахар

вода – 400 мл

Ягоды помойте и выложите в кастрюлю. Залейте водой. Поставьте кастрюлю на плиту. Доведите содержимое до кипения. Всыпьте соль и сахар. Варите ягоды с сахаром 10 минут. После ягодный отвар процедите, доведите до кипения и всыпьте манную крупу. Варите кашу 5-7 минут, постоянно перемешивая. В конце добавьте ваниль. Охладите кашу и взбейте миксером до пышности. Ароматная, пышная, вкусная и полезная манная каша с ягодами готова.

**Творожный десерт с маршмеллоу**

***Приятного аппетита!***



Ингредиенты:

Творог – 200 гр

Сметана – 2 ст. ложки

Варенье – 4 ч. Ложки

Маршмеллоу – 6 штук

Масло растительное – 0,5 ч. л для смазывания.

Творог смешайте со сметаной. Силиконовые формочки смажьте растительным маслом и плотно уложите наполовину формы творог. Затем небольшой слой варенья. И снова творог, и уберите в холодильник на 20-30 минут.



Маршмеллоу насадите на кончик шпажки и немного обожгите на огне. Также для украшения помойте ягоды. Переверните десерт на тарелку и украсьте!

