

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ 3 - 7 лет (1 –неделя)

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
Завтрак									
Каша манная молочная	200	Каша из смеси круп «Дружба»	200	Каша ячневая молочная	200	Кулеш пшеничный вязкий на молоке	200	Каша кукурузная молочная	200
Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200
Бутерброд с маслом	30/5	Бутерброд с маслом	30/5	Бутерброд с маслом с сыром	30/5	Бутерброд с маслом	30/5	Бутерброд с маслом с сыром	30/5
Яйцо отварное	20								
455		435		435		435		435	
Второй завтрак									
Сок (в ассортименте)	100	Кисломолочная продукция (йогурт)	100	Кисломолочная продукция (ряженка)	100	Фрукт	100	Кисломолочная продукция (варенец)	100
100		100		100		100		100	
Обед									
Салат луковый с сол. огурцы	50	Салат из зел. горошка конс.	50	Суп картофельный	200	Суп овощной – 180	180	Св. огурец порц.	50
Суп гороховый	200	Рассольник Ленинградский со сметаной	180	Тефтели мясные (свинина)	70	Гуляш из отварного мяса говядина	35/35	Борщ	180
Суфле из отварных кур с рисом и маслом	150	Жаркое по-домашнему из говядины	180	Гарнир икра свекольная	130	Каша гречневая рассыпчатая	130	Шницель из курицы	70
Компот из изюма	180	Компот из шиповника	180	Компот из кураги	180	Компот из смеси сухофруктов – 180	180	Макароны отварные с маслом	130
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Компот из изюма	180
Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30	Хлеб пшеничный	30
								Хлеб ржаной	30
640		660		640		620		670	
Уплотненный Полдник									
Рыба запеченная с картофелем по-русски	200	Пудинг творожный	160	Макаронник с маслом	200	Запеканка творожная с морковью	160	Картофель тушенный в молоке	200
Чай с сахаром	200	Соус сметанный	40	Чай с лимоном	180	Соус сметанный	40	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный	40	Кисель из с/м ягод	180	Хлеб пшеничный	40	Кисель из с/м ягод	180	Хлеб пшеничный	40
Булочка ванильная	50	Хлеб пшеничный	40	Ватрушка с творогом	50	Хлеб пшеничный	40	Бутерброд с повид.	50
		Пряник	50			Печенье	50		
490		470		470		470		470	

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ 3 - 7 лет (2 –неделя)

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
Завтрак									
Суп молочный вермишелевый	200	Омлет натуральный на молоке	115	Запеканка рисовая с творогом	170	Суп молочный пшеничный	200	Творож. лакомка	160
Кофейный напиток с молоком	200	Салат из кукурузы	60	Соус сметанный	40	Какао с молоком	200	Соус сметанный	40
Бутерброд с маслом	30/5	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Бутерброд с маслом	30/5	Кофейный напиток с молоком	200
Яйцо отварное	20	Бутерброд с маслом	30/5	Бутерброд с маслом с сыром	30/5			Бутерброд с маслом	30/5
455		410		445		435		435	
Второй завтрак									
Сок (в ассортименте)	100	Кисломолочная продукция (йогурт)	100	Кисломолочная продукция (ряженка)	100	Фрукт	100	Кисломолочная продукция (кефир)	100
100		100		100		100		100	
Обед									
Салат витаминный - 50	50	Салат луковый - 40	40	Винегрет	50	Суп Московский	180	Св. огурец порц.	50
Суп картофельный с кукурузой	180	Суп картофельный с макарон. изделиями	180	Щи из св. капусты с картофелем и сметаной	200	Мясные гречишники из говядины	70	Суп фасолевый	180
Плов из отварной курицы	180	Котлета мясная из говядины	70	Макаронник с мясом (свинина)	150	Икра свекольная -	130	Котлета рубленая из птицы	70
Компот из смеси сухофруктов	180	Гороховое пюре	130	Напиток из чернослива	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Пюре картофельное -	130
Хлеб пшеничный	30	Компот из шиповника	180	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Компот из кураги	180
Хлеб ржаной	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30	Хлеб пшеничный	30
		Хлеб ржаной	30					Хлеб ржаной	30
650		660		690		620		670	
Уплотненный Полдник									
Суфле из отварной рыбы с рисом	200	Каша геркулесовая жидкая	200	Рыба под омлетом	150	Капуста тушенная с сосиской	180	Каша пшенная молочная	200
Чай с сахаром	200	Кисель из св. ягод	200	Салат картофельный	50	Кисель из св. ягод	200	Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	20	Чай с лимоном	200	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
Булочка с сахаром	50	Печенье	50	Хлеб пшеничный	40	Пряник	50	Булочка с джемом	50
				Булочка домашняя	50				
490		490		490		490		490	