



10-дневное меню для организации питания детей с 3-х до 7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧЕВОЙ КРУПой 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	ДРАЧЕНА 110	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПой 200	ОМЛЕТ С СЫРОМ 110	СУП МОЛОЧНЫЙ МАНЫЙ 200
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 36	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 36	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 36	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 80	Икра морковная 80	Икра свекольная 80	Винегрет овощной 80	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ 80	Икра овощная 80	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ 80	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 80	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 80	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ 80
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ 200	Борщ с мясом 200	Рассольник ленинградский 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	Борщ с фасолью и картофелем 200	Рассольник домашний 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	Борщ с капустой и картофелем 200
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 80	Плов из птицы 200	Мясо тушеное с овощами в соусе 200	Биточки рыбные запеченные 80	Гуляш из отварного мяса 120	Рыба тушеная с овощами 80	Птица тушеная в соусе с овощами 200	Жаркое по-домашнему 200	Пудинг рыбный паровой 80	Фрикадельки мясные 80
Рагу овощное 130	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Пюре из овощей 130	Каша перловая рассыпчатая 130	Макаронные изделия отварные с маслом 130	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Каша гречневая рассыпчатая 130	Пюре картофельное с морковью 130
Хлеб пшеничный 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржаной 20	Компот из свежих плодов 180	Компот из сушеных фруктов 180	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Напиток из плодов шиповника 180	Компот из свежих плодов 180	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20
Кисель из повидла, джема 180		Напиток из плодов шиповника 180	Напиток из плодов шиповника 180	Компот из сушеных фруктов 180	Соки фруктовые 180			Компот из сушеных фруктов 180	Соки фруктовые 180
Полдник									
Омлет с овощами 100	Запеканка из творога 120	Капуста тушеная 150	Запеканка картофельная с мясом или печенью 150	Булочка "Творожная" 50	Пудинг из творога с рисом 120	Суфле из печени 80	Ватрушка из дрожжевого теста 50	Пудинг из творога с яблоками 120	Запеканка из печени с рисом 125
Хлеб ржаной 20	Молоко сгущенное 15	Фрикадельки рыбные запеченные 80	Хлеб ржаной 20	Кисломолочный напиток 180	Молоко сгущенное 15	Пюре картофельное 130	Кисломолочный напиток 180	Соус молочный (слизкий) 30	Хлеб ржаной 20
Молоко кипяченое 180		Хлеб ржаной 20	Какао с молоком 180	Зефир 25	Кисломолочный напиток 180	Хлеб ржаной 20	Зефир 25	Молоко кипяченое 180	Чай с лимоном 180/10/7
		Соки фруктовые 180				Молоко кипяченое 180			Зефир 25