



## 10-дневное меню для организации питания детей с 1 г. 6 м. до 3 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧЕВОЙ КРУПой 180 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 25 ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 33 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ДРАЧЕНА 110 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 33 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 180 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГЕРКУЛОСОМ 180 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 33 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/3	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПой 180 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ОМЛЕТ С СЫРОМ 110 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 КАКАО С МОЛОКОМ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ 180 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150
<b>II Завтрак</b>									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100 ПЕЧЕНЬЕ 12	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100 ПЕЧЕНЬЕ 12	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100 ПЕЧЕНЬЕ 12	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 95
<b>Обед</b>									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ 40	ИКРА МОРКОВНАЯ 40	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 40	ИКРА ОВОЩНАЯ 40	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 20	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ 180	БОРЩ С МЯСОМ 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 180	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 60	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 150	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ 180	БИТОНКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 100	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 80	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 180	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ 60	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 60
РАГУ ОВОЩНОЕ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 110
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 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 150
<b>Полдник</b>									
ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ 100	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 120	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 120	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 100	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 60	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 50	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 100	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 110
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	МОЛОКО СТУЩЕННОЕ 15	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150	МОЛОКО СТУЩЕННОЕ 15	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	КАКАО С МОЛОКОМ 150	3Е-ФИР 25	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/3
		СОКИ ФРУКТОВЫЕ 150				МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150			