



10-дневное меню для организации питания детей ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 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
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПКОЙ 200 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 36 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/107	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПКОЙ 200 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С САХАРОМ 180	ДРАЧЕНА 110 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 36 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ 200 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГЕРКУЛЕСОМ 200 БУТЕРБРОД С СЫРОМ 36 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/107	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНИЧНОЙ КРУПКОЙ 200 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ С СЫРОМ 110 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 КАКАО С МОЛОКОМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ 200 БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
II Завтрак									
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100 ПЕЧЕНЬЕ 18	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100 ПЕЧЕНЬЕ 18	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 100 ПЕЧЕНЬЕ 18	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Обед									
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 60 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ 200 КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 80 РАГУ ОВОЩНОЕ 130 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА 180	ИГРА МОРКОВНАЯ 60 БОРЩ С МЯСОМ 200 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ 60 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200 МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ 200 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200 БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80 ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ 130 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 80 БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 200 ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120 КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ИГРА ОВОЩНАЯ 60 РАССОЛЬНИК ДОМАШНИИ 200 РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ 80 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 130 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 40 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ 200 ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 200 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦОМ С ЛУКОМ 80 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 80 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200 ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ 80 КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ 60 БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 200 ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 80 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 СОКИ ФРУКТОВЫЕ 180
Полдник									
ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ 100 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 120 МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 15 КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 180	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150 ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 150 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 КАКАО С МОЛОКОМ 180	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50 КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 180 ЗЕФИР 25	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 120 МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 15 КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 180	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 80 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 50 КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК 180 ЗЕФИР 25	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 120 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СТАДИЙ) 30 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 125 ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/107 ЗЕФИР 25