Всесезонное 10-дневное меню для питания детей

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
Завтрак																			
Каша молочная манная	200	Каша молочная рисовая	200	Каша молочная геркулесовая	200	Каша молочная сборная	200	Каша молочная гречневая	200	Вермишель молочная	200	Каша молочная пшеничная	200	Каша молочная геркулесовая	200	Каша молочная ячневая	200	Каша молочная пшенная	180/200
Кофейный напиток	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток	200	Кофейный напиток	200	Чай с лимоном	200	Кофейный напиток	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток	180/200
Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	30
		Сыр	15			Сыр	15					Сыр	15			Сыр	15		
2 завтрак																			
Кисломол. продукция	180/5	Кисломол. продукция	180/5	Кисломол. продукция	180/5	Кисломол. продукция	150/3 180/5	Кисломол. продукция	180/5	Кисломол. продукция	180/5	Кисломол. продукция	180/5	Кисломол. продукция	180/5	Кисломол. продукция	180/5	Кисломол. продукция	150/3 180/5
Кондит.изд. без крема	30	Кондит.изд. без крема	30	Кондит.изд. без крема	30	Кондит.изд. без крема	10/30	Булочка домашняя	70	Кондит.изд. без крема	30	Печенье домашнее	60	Кондит.изд. без крема	30	Кондит.изд. без крема	30	Кондит.изд. без крема	10/25
Обед																			
Овощи свежие порционно	60	Овощи свежие порционно	60	Овощи свежие порционно	60	Овощи свежие порционно	30/60	Овощи свежие порционно	60	Овощи свежие порционно	60	Овощи свежие порционно	60	Овощи свежие порционно	60	Овощи свежие порционно	60	Овощи свежие порционно	60
Суп картофельный с рыбой	250	Борщ из свежей капусты	250	Суп овощной на кур. бульоне	250	Свекольник	200/250	Суп картоф. с фасолью	250	Суп "крестьянский" на м/б	250	Щи из св/кап со сметаной	250	Суп картоф. с вермишелью	250	Рассольник "Ленинградский"	250	Суп гороховый с гренками	210/260
Котлета мясная запеченая	80	Бефстроганов из отварного мяса	80	Котл. рублен.из птицы	80	Оладьи из печени	70/80	Плов из говядины	180	Голубцы ленивые	250	Котлеты рыбные	80	Котл. рублен.из птицы	80	Биточки рубленые	80	Зразы рыбные с яйцом	90/100
Рагу из овощей	200	Каша гречневая рассыпчатая	150	Рис отварной	150	Макароны отварные с овощами	150					Пюре картофельное с морковью	150	Рагу из овощей	200	Макароны отварные с овощами	150	Пюре картофельное	150
		Пампушка с чесноком	50	Соус молочный	50											Соус сметанный	50		
Компот из св/фр.	200	Компот из лимона	200	Компот из с/фр.	200	Компот из свеж фруктов	180	Компот из с/фр.	200	Компот из с/фр.	200	Компот из св/фр.	200	Компот из с/фр.	200	Компот из св/фр.	200	Кисель	180
Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Уплотнённый полдник																			
		Кукуруза консервиров.	60	Капуста квашеная	60			Горошек зелёный отварной	60					Овощи свежие порционно	60			Сосиска отварная	69
Пудинг из творога	150	Котлета рыбная	90	Жаркое по-домашнему	200	Сырники из творога	130/150	Рыба, запеч.под омлетом	90	Оладьи	110	Запеканка творожная	150	Омлет с морковью	110	Запеканка творожная с морковью	150	Капуста тушёная	180
Повидло	20	Пюре картофельное с морковью	150	Булочка витая	75	Повидло	15	Пюре картофельное	150	Повидло	15	Повидло	15	Горошек зелёный отварной	60	Повидло	15	Пирожок с яблоком	80
Фрукты свежие	95	Фрукты свежие	95	Фрукты свежие	95	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	90	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	50
Чай с сахаром	200	Чай с лимоном	200	Чай с сахаром	200	Чай с молоком	200	Чай с лимоном	200	Чай с молоком	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с лимоном	200
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40