

Ежедневное 10-дневное меню для питания детей 3-7 лет (сад).

Имя	2 день		3 день		4 день		5 день		6 день		7 день		8 день		9 день		10 день		
Каша молочная ячневая	200	Каша молочная пшеница	200	Каша молочная греческая	200	Каша молочная греческая	200	Каша молочная греческая	200	Каша молочная греческая	200	Каша молочная манная	200	Каша молочная греческая	200	Каша молочная ржаная	200	Каша молочная сбитная	200
Кефирный напиток на молоке	200	Кефирный напиток на молоке	200	Кефирный напиток на молоке	200	Чай	200	Каша с молоком	200	Чай с сахаром	200	Кефирный напиток на молоке	200	Кефирный напиток на молоке	200	Кефирный напиток на молоке	200	Чай	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	40
Шило вареное	40	Суп	15							Шило вареное	40							Суп	15

2 завтрак

Сок	170	Кефир/ряженка	185	Сок	170	Молоко кипяченое	170	Сок	170	Молоко кипяченое	180	Сок	170	Сок	170	Сок	170	Кефир/ряженка	185
		Коштант мол. без жира	40			Коштант мол. без жира	40			Коштант мол. без жира	40							Коштантское	40
																		Кисель без жира	40

Обед

Салат из консервированной кукурузы	40	Овощи свежие порционно	50	Кабачковая икра	40	Овощи свежие порционно	50	Салат из консервированной горошка	40	Салат из кукурузы консервированной	40	Овощи свежие порционно	50	Кабачковая икра	40	Овощи свежие порционно	50	Кабачковая икра	40		
Суп гороховый с мясом	200	Рисовый суп с овощами	200	Сезонные салаты с крупой со сметаной	200	Суп мясной с рисом	200	Суп картофельный с сметаной	200	Суп рыбный со сметаной	200	Суп картофельный с сметаной	200	Суп из свежей капусты с картофелем на овощном бульоне со сметаной	200	Суп из свежей капусты с картофелем на овощном бульоне со сметаной	200	Шурпа с мясом	200	Борщ с крупой со сметаной	200
Картофель жареный с соусом	170	Угали из отварного картофеля	80	Плов с мясом	200	Зразы рубленые с яйцом	80	Рыба запеченная в масле	180	Бездрожжевой пирог	110	Голубцы жареные с мясом	200	Курятица в соусе с томатом	70	Макароник с мясом	220	Рыба запеченная с овощами	60		
Грибы	20	Макароник отварные	150			Пирог картофельный с морковью	150			Картофель отварной	120			Грибы жаренные	150			Пирог картофельный	120		
Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200	Компот из с/фр	200
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	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50

Учережденный напиток

Оладьи	130	Паровая запеканка	130	Омлет	155	Салат из свежих овощей	70	Паровая-рыбная запеканка	140	Мясное тушение с овощами в соусе	230	Запеканка творожная	130	Омлет картофельный	155	Картофель отварной	180	Угали из творогосметанный с яблоком	160
Повидло	20	Повидло	20	Салат из зеленого горошка	40	Супчик молочный	150	Повидло	20	Икра рыбная	40	Повидло	20	Салат из зеленого горошка	40	Сельдь	40	Повидло	20
Фрукты свежие	90	Фрукты свежие	100	Пирожок с яблоком	90	Вареники с повидлом	70	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	100	Фрукты свежие	90	Фрукты свежие	90	Кефирный напиток на молоке	200
Чай с лимоном	200	Чай	200	Чай	200	Чай	200	Кефирный напиток на молоке	200	Чай	200	Каша с молоком	200	Чай с лимоном	200	Чай с лимоном	200	Кефирный напиток на молоке	200
										Хлеб пшеничный	40			Булочка домашняя	80	Коржик молочный	70	Фрукты	80
										Хлеб пшеничный	40							Хлеб пшеничный	40
										Хлеб пшеничный	40							Хлеб пшеничный	40

