



Всесезонное 10-дневное меню для питания детей

День 1й.

Завтрак:

Каша молочная ячневая жидкая 200г.

Кофейный напиток 200г.

Масло сливочное 5г.

Хлеб пшеничный 40г.

Обед :

Кукуруза консервированная 35г.

Борщ из свежей капусты 250г.

Суфле печеночно-мясное 100г.

Каша гречневая рассыпчатая 100г.

Соус молочный сладкий 50г.

Компот из лимона 180г.

Хлеб ржаной 45г.

Полдник :

Кисломолочные продукты с сахаром 150г.

Кондитерские изделия без крема 30г.

Ужин:

Запеканка творожная 120г.

Повидло 20г.

Чай 200г.

Хлеб пшеничный 20г.



День 2.

Завтрак:

Каша молочная манная жидкая	200г.
Кофейный напиток	200г.
Масло сливочное	5г.
Хлеб пшеничный	35г.
Сыр	15г.

Обед:

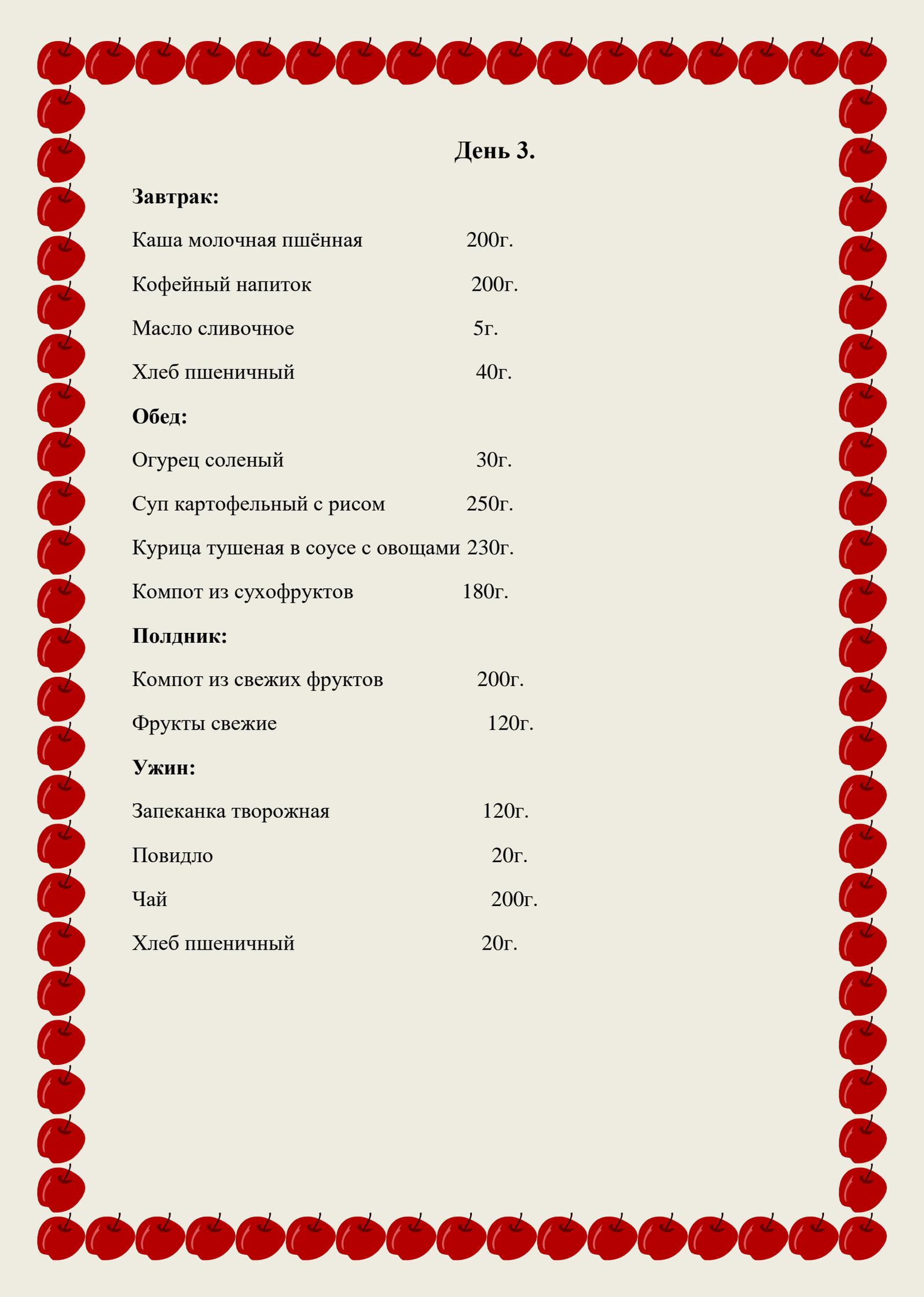
Щи из свежей капусты	250г.
Тефтели мясные с рисом	100г.
Свекла тушеная с яблоками	180г.
Соус молочный	50г.
Кисель	180г.
Хлеб ржаной	45г.

Полдник:

Компот из сухофруктов	200г.
Кондитерские изделия без крема	30г.

Ужин:

Горошек зелёный отварной	45г.
Омлет натуральный	90г.
Пирожок с яблоком	120г.
Чай	200г.
Хлеб пшеничный	25г.



День 3.

Завтрак:

Каша молочная пшённая	200г.
Кофейный напиток	200г.
Масло сливочное	5г.
Хлеб пшеничный	40г.

Обед:

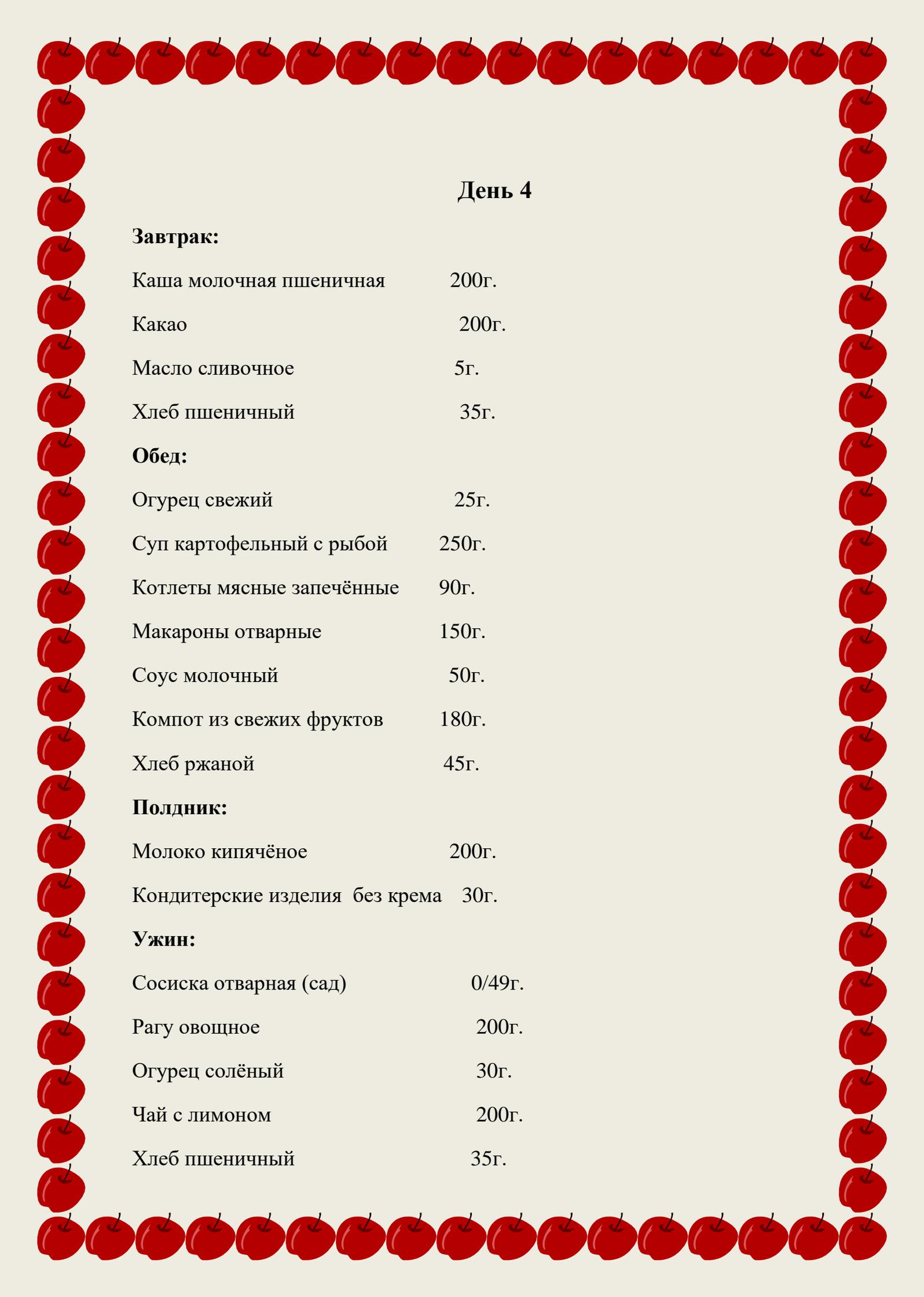
Огурец соленый	30г.
Суп картофельный с рисом	250г.
Курица тушеная в соусе с овощами	230г.
Компот из сухофруктов	180г.

Полдник:

Компот из свежих фруктов	200г.
Фрукты свежие	120г.

Ужин:

Запеканка творожная	120г.
Повидло	20г.
Чай	200г.
Хлеб пшеничный	20г.



День 4

Завтрак:

Каша молочная пшеничная	200г.
Какао	200г.
Масло сливочное	5г.
Хлеб пшеничный	35г.

Обед:

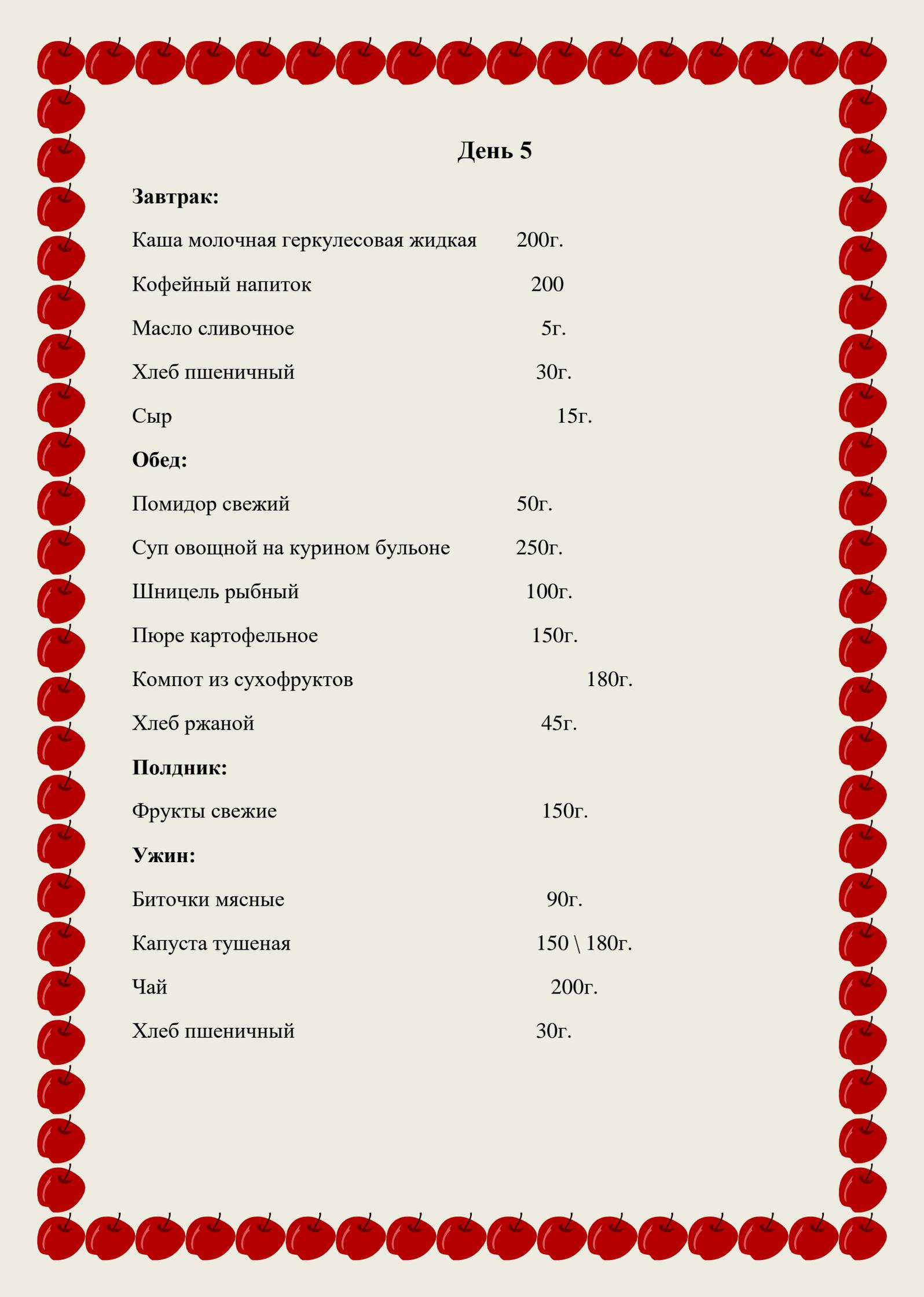
Огурец свежий	25г.
Суп картофельный с рыбой	250г.
Котлеты мясные запечённые	90г.
Макароны отварные	150г.
Соус молочный	50г.
Компот из свежих фруктов	180г.
Хлеб ржаной	45г.

Полдник:

Молоко кипячёное	200г.
Кондитерские изделия без крема	30г.

Ужин:

Сосиска отварная (сад)	0/49г.
Рагу овощное	200г.
Огурец солёный	30г.
Чай с лимоном	200г.
Хлеб пшеничный	35г.



День 5

Завтрак:

Каша молочная геркулесовая жидкая	200г.
Кофейный напиток	200
Масло сливочное	5г.
Хлеб пшеничный	30г.
Сыр	15г.

Обед:

Помидор свежий	50г.
Суп овощной на курином бульоне	250г.
Шницель рыбный	100г.
Пюре картофельное	150г.
Компот из сухофруктов	180г.
Хлеб ржаной	45г.

Полдник:

Фрукты свежие	150г.
---------------	-------

Ужин:

Биточки мясные	90г.
Капуста тушеная	150 \ 180г.
Чай	200г.
Хлеб пшеничный	30г.



День 6.

Завтрак:

Каша молочная рисовая жидкая	200г.
Кофейный напиток	200г.
Масло сливочное	5г.
Хлеб пшеничный	40г.

Обед:

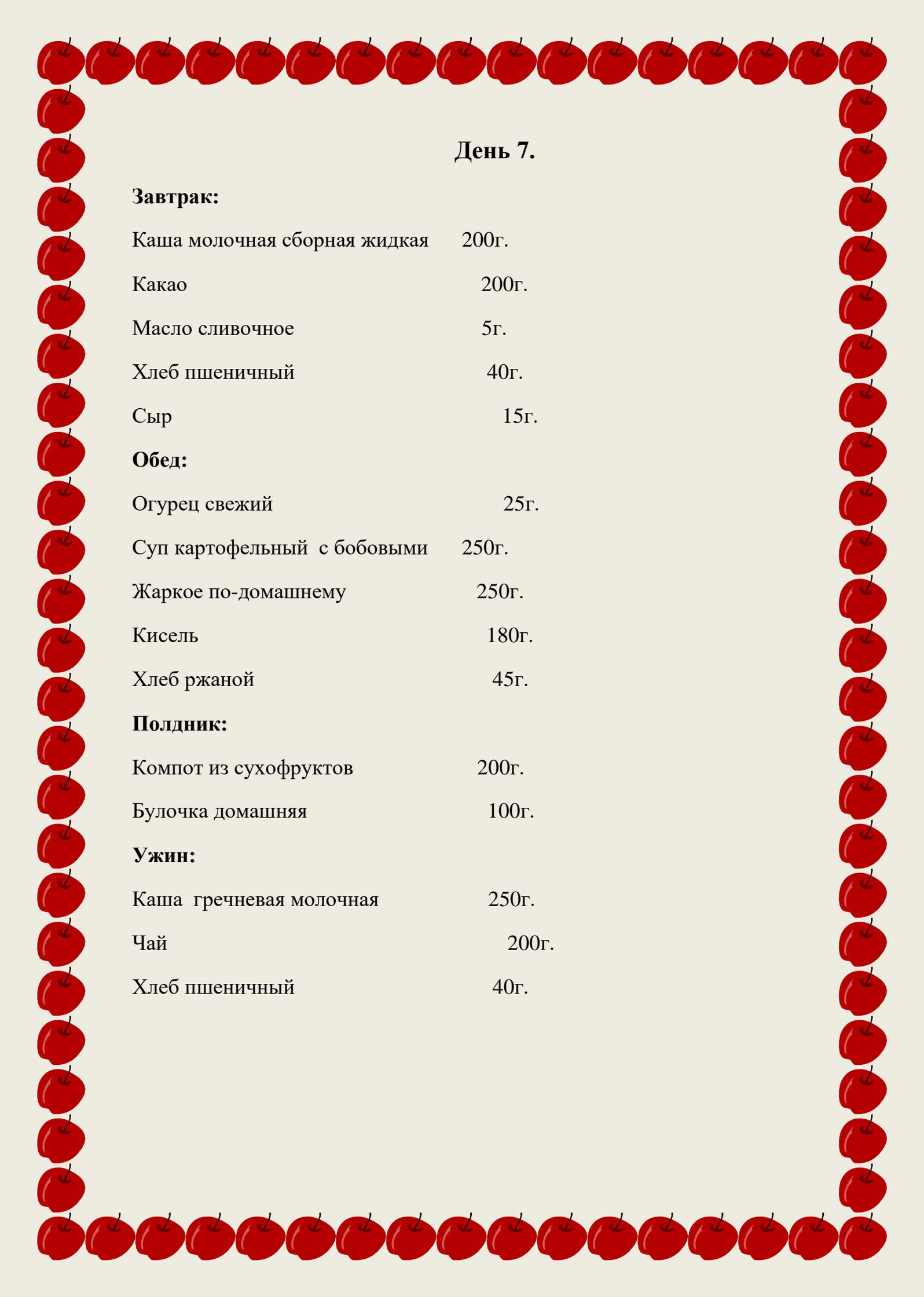
Огурец соленый	30г.
Щи из квашеной капусты	250г.
Бефстроганов из отварного мяса	80г.
Макароны отварные	100 \150г.
Компот из лимона	180г.
Хлеб ржаной	45г.

Полдник:

Кисломолочные продукты с сахаром	150г.
Кондитерские изделия без крема	30г.

Ужин:

Запеканка творожная	120г.
Повидло	20г.
Чай	200г.
Хлеб пшеничный	20г.



День 7.

Завтрак:

Каша молочная сборная жидкая	200г.
Какао	200г.
Масло сливочное	5г.
Хлеб пшеничный	40г.
Сыр	15г.

Обед:

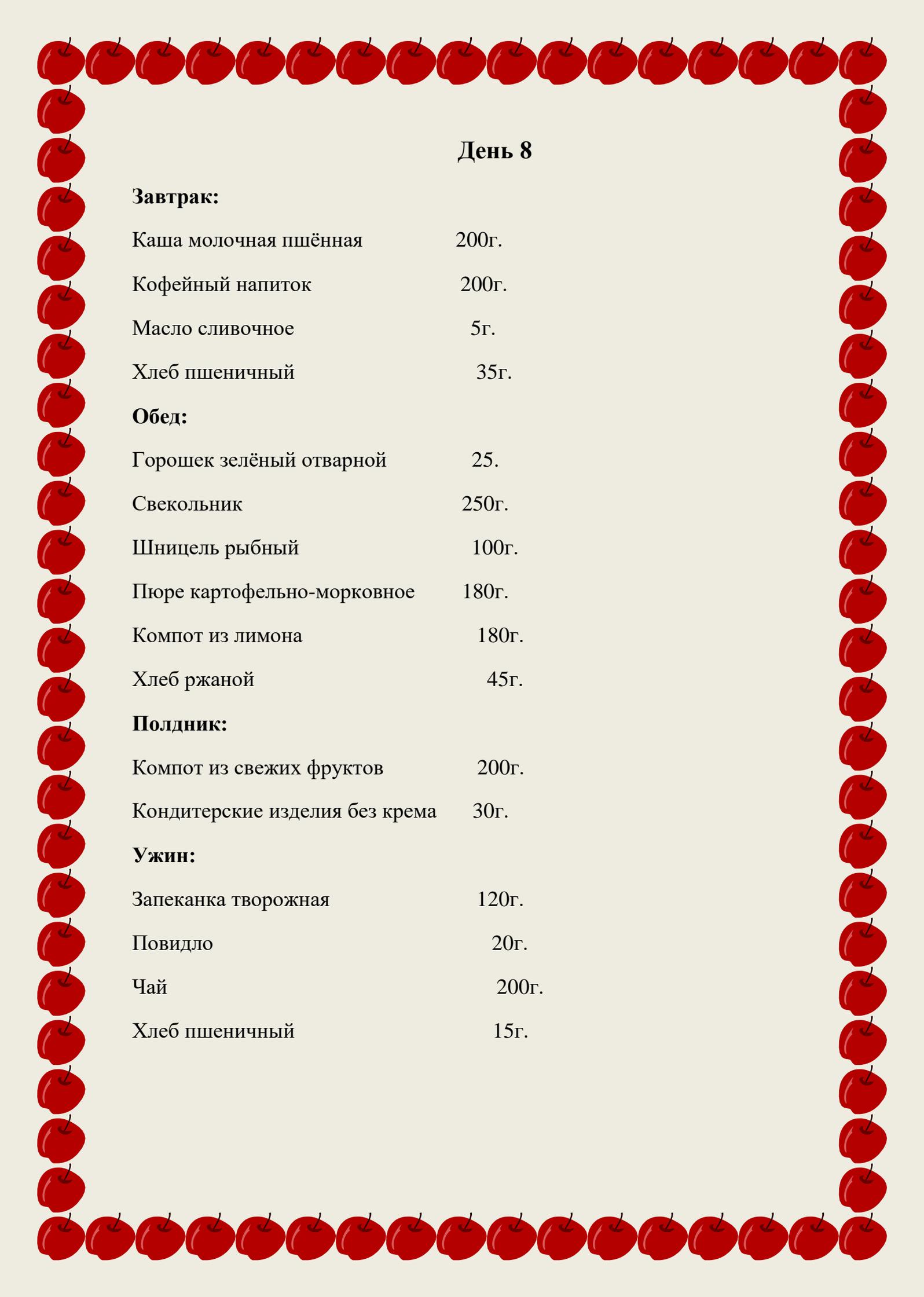
Огурец свежий	25г.
Суп картофельный с бобовыми	250г.
Жаркое по-домашнему	250г.
Кисель	180г.
Хлеб ржаной	45г.

Полдник:

Компот из сухофруктов	200г.
Булочка домашняя	100г.

Ужин:

Каша гречневая молочная	250г.
Чай	200г.
Хлеб пшеничный	40г.



День 8

Завтрак:

Каша молочная пшённая	200г.
Кофейный напиток	200г.
Масло сливочное	5г.
Хлеб пшеничный	35г.

Обед:

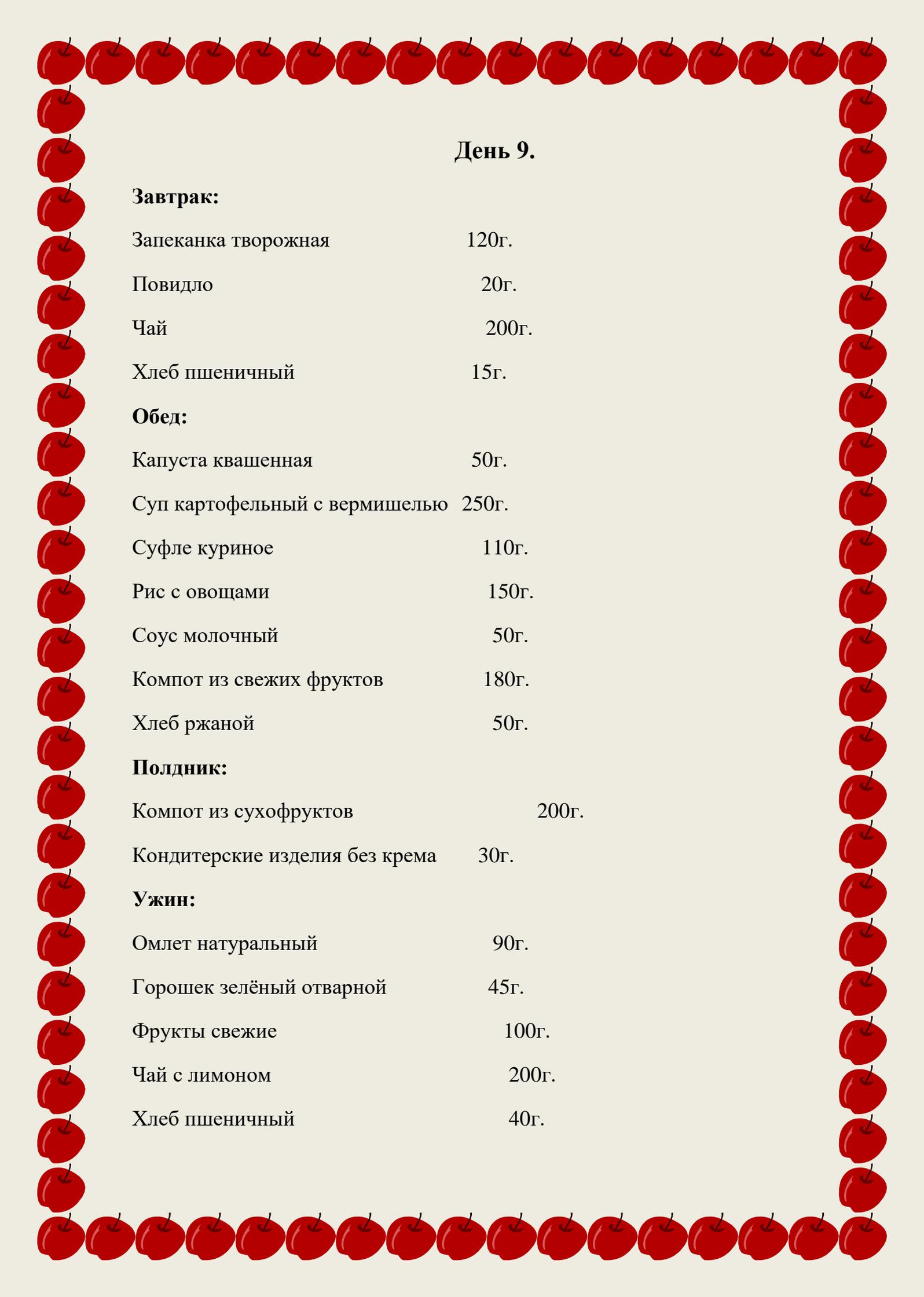
Горошек зелёный отварной	25.
Свекольник	250г.
Шницель рыбный	100г.
Пюре картофельно-морковное	180г.
Компот из лимона	180г.
Хлеб ржаной	45г.

Полдник:

Компот из свежих фруктов	200г.
Кондитерские изделия без крема	30г.

Ужин:

Запеканка творожная	120г.
Повидло	20г.
Чай	200г.
Хлеб пшеничный	15г.



День 9.

Завтрак:

Запеканка творожная	120г.
Повидло	20г.
Чай	200г.
Хлеб пшеничный	15г.

Обед:

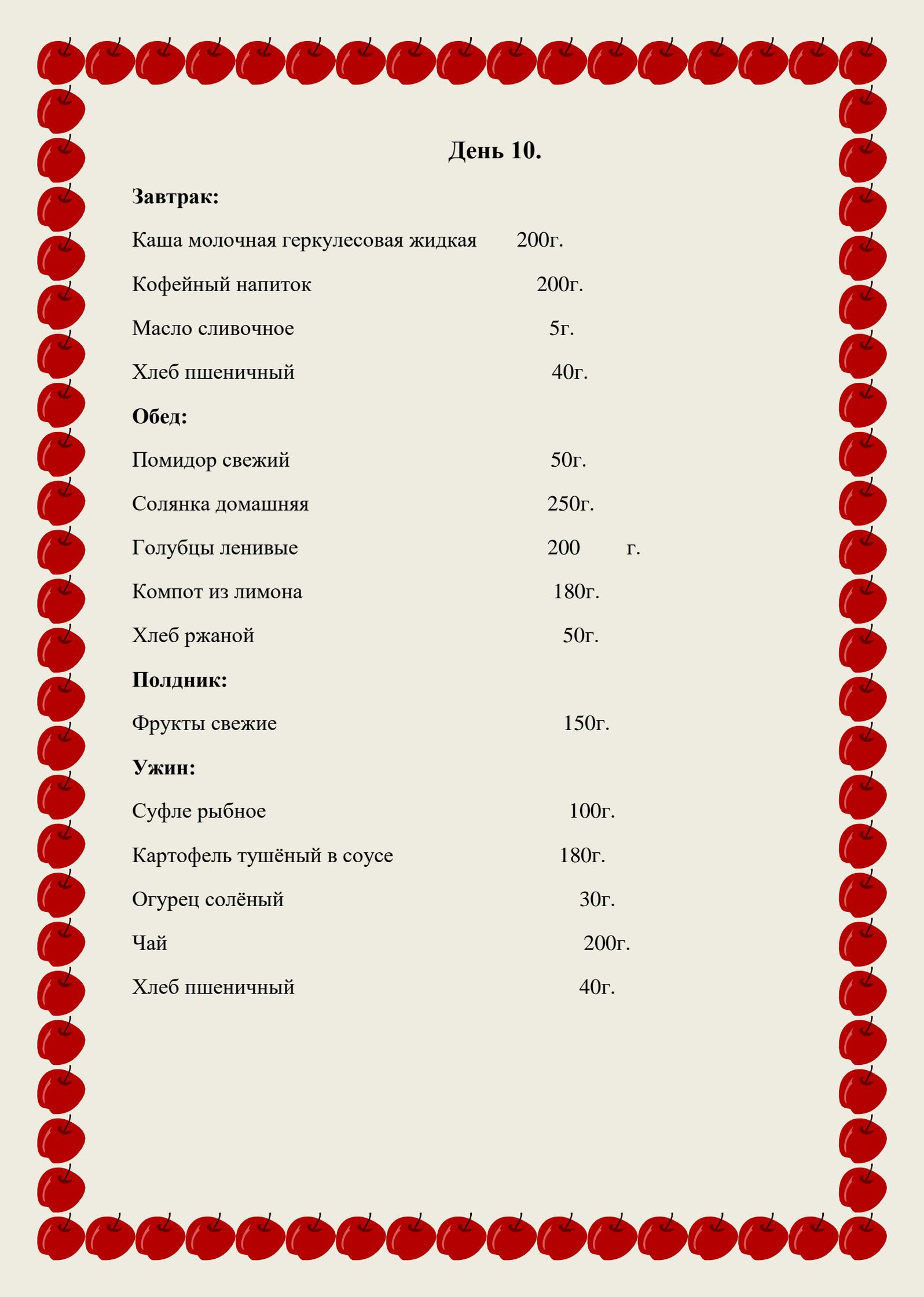
Капуста квашенная	50г.
Суп картофельный с вермишелью	250г.
Суфле куриное	110г.
Рис с овощами	150г.
Соус молочный	50г.
Компот из свежих фруктов	180г.
Хлеб ржаной	50г.

Полдник:

Компот из сухофруктов	200г.
Кондитерские изделия без крема	30г.

Ужин:

Омлет натуральный	90г.
Горошек зелёный отварной	45г.
Фрукты свежие	100г.
Чай с лимоном	200г.
Хлеб пшеничный	40г.



День 10.

Завтрак:

Каша молочная геркулесовая жидкая	200г.
Кофейный напиток	200г.
Масло сливочное	5г.
Хлеб пшеничный	40г.

Обед:

Помидор свежий	50г.
Солянка домашняя	250г.
Голубцы ленивые	200 г.
Компот из лимона	180г.
Хлеб ржаной	50г.

Полдник:

Фрукты свежие	150г.
---------------	-------

Ужин:

Суфле рыбное	100г.
Картофель тушёный в соусе	180г.
Огурец солёный	30г.
Чай	200г.
Хлеб пшеничный	40г.