

Всесезонное 10-дневное меню для питания детей

Завтрак +																			
1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
Каша молочная ячневая жидкая	200	Каша молочная манная жидкая	200	Каша молочная пшённая	200	Каша молочная пшеничная	200	Каша молочная геркулесовая жидкая	200	Каша молочная рисовая жидкая	200	Каша молочная сборная жидкая	200	Каша молочная пшённая	200	Каша молочная манная жидкая	200	Каша молочная геркулесовая жидкая	200
Кофейный напиток	200	Кофейный напиток	200	Кофейный напиток	200	Какао	200	Кофейный напиток	200	Кофейный напиток	200	Какао	200	Кофейный напиток	200	Какао	200	Кофейный напиток	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	35	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	35	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	35	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
		Сыр	15					Сыр	15			Сыр	15			Сыр	15		
Обед																			
Кукуруза консервиров.	35			Огурец соленый	30	Огурец свежий	25	Помидор свежий	50	Огурец соленый	30	Огурец свежий	25	Горошек зелёный отварной	25	Капуста квашенная	50	Помидор свежий	50
Борщ из свежей капусты	250	Щи из свежей капусты	250	Суп картоф.с рисом	250	Суп картоф.с рыбой	250	Суп овощной на кур. бульоне	250	Щи из квашеной капусты	250	Суп картоф. с бобовыми	250	Свекольник	250	Суп картоф. с вермишелью	250	Солянка домашняя	250
Суфле печеночно-мясное	100	Тефтели мясные с рисом	100	Курица туш.в соусе с овощами	230	Котлеты мясные запечённые	90	Шницель рыбный	100	Бефстроганов из отв. мяса	80	Жаркое по-домашнему	250	Шницель рыбный	100	Суфле куриное	110	Голубцы ленивые	200
Каша гречневая рассыпчатая	100	Свекла тушеная с яблоками	180			Макарон отварные	150	Пюре картофельное	150	Макарон отварные	100 150			Пюре кар.-морковное	180	Рис с овощами	150		
Соус молочный сладкий	50	Соус молочный	50			Соус молочный	50									Соус молочный	50		

Компот из лимона	180	Кисель	180	Компот из с/фр.	180	Компот из св/фр.	180	Компот из св/фр.	180	Компота из лимона	180	Кисель	180	Компот из лимона	180	Компот из с/фр.	180	Компот из лимона	180
Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
Полдник																			
К/мол прод. с сахаром	150	Компот из с/фр.	200	Компот из св/фр.	200	Молоко кипячёное	200	Фрукты свежие	150	К/мол прод. с сахаром	150	Компот из с/фр.	200	Компот из св/фр.	200	Компот из с/фр.	200	Фрукты свежие	150
Кондит. из д. без крема	30	Кондит. из д. без крема	30	Фрукты свежие	120	Кондит. из д. без крема	30			Кондит. из д. без крема	30	Булочка домашняя	100	Кондит. из д. без крема	30	Кондит. из д. без крема	30		
Ужин																			
Запеканка творожная	120	Горошек зелёный отварной	45	Запеканка творожная	120	Сосиска отварная (сад)	0/49	Биточки мясные	90	Запеканка творожная	120	Каша гречневая молочная	250	Запеканка творожная	120	Омлет натуральный	90	Суфле рыбное	100
Повидло	20	Омлет натуральный	90	Повидло	20	Рагу овощное	200	Капуста тушёная	150/180	Повидло	20			Повидло	20	Горошек зелёный отварной	45	Картофель тушёный в соусе	180
		Пирожок с яблоком	120			Огурец солёный	30									Фрукты свежие	100	Огурец солёный	30
Чай	200	Чай	200	Чай	200	Чай с лимоном	200	Чай	200	Чай	200	Чай	200	Чай	200	Чай с лимоном	200	Чай	200
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	35	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40