

## Десятидневное меню для детей от 1,5 до 3 лет

ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5		
Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		
завтрак	Омлет натуральный с маслом сливочным	95/5	Каша вязкая пшеничная с морковью и сливочным маслом	126,5/3,5	Макаронные отварные с сливочным маслом	100/2,5	Каша рисовая вязкая молочная с изюмом и сливочным маслом	125,7/4,3	Каша манная жидкая молочная с сливочным маслом	125,7/4,3
	Хлеб пшеничный	10	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5	Кофейный напиток	150	Кофейный напиток	150	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5
	Чай с сахаром	150/7	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское" и сыром "Российский"	25/5/5	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское"	25/5	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское"	25/5	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское" и сыром "Российский"	25/5/5
	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское"	25/5								
2 з	Сок фруктовый или ягодный	100	Фрукты свежие	95	Сок фруктовый или ягодный	100	Сок фруктовый или ягодный	100	Фрукты свежие	95
обед	Борщ с картофелем со сметанной	140/10	суп картофельный с макаронными изделиями	150	Борщ с картофелем со сметанной	140/10	суп картофельный	150	суп картофельный с клецками	150
	Биточки рыбные (из трески)	60	Тефтели из мяса говяжьины	60	Птица, тушеная с овощами в соусе	150	Котлета из мяса говяжьины	60	Котлета рубленая из птицы	60
	Соус сметанный с томатом	15	Соус сметанный	60	Овощи квашеные или соленые	30	Пюре из моркови	110	Каша гречневая рассыпчатая	110
	Картофельное пюре	110	Пюре из свеклы	110	компот из смеси сухофруктов	150	Соус сметанный	15	Соус красный основной	15
	Овощи квашеные или соленые	30	компот из свежих яблок	150	Хлеб пшен. / ржаной	25/40	компот из смеси сухофруктов	150	Овощи квашеные или соленые	30
	Напиток из плодов шиповника	150	Хлеб пшен. / ржаной	25/40			Хлеб пшен./ржан.	25/40	Кисель из сока натурального	150
	Хлеб пшен. / ржаной	25/40							Хлеб пшен. / ржаной	25/40
полдник	Суп молочный с макаронными изделиями	130	Лудинг из творога	130	Каша пшеничная вязкая молочная с сливочным маслом	125,7/4,3	Тефтели рыбные из трески	60	Запеканка из творога с морковью с повидлом	123/7
	Кефир	150	Соус молочный сладкий	20	Пирожок с повидлом	70	Картофельное пюре	110	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5
	Булочка школьная	70	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5	Кефир	150	Соус красный основной	15	Вафли	30
			Вафли	30			Хлеб пшеничный	10		
ужин	Чай с сахаром	150/7	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5	Чай с сахаром	150/7	Напиток из плодов шиповника	150	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5
	Печенье	12	Хлеб пшеничный	10	Печенье	12	Печенье	12	Хлеб пшеничный	10
ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7		ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9		ДЕНЬ 10		
Завтрак	Омлет натуральный с маслом сливочным	95/5	Каша пшеничная вязкая молочная с сливочным маслом	125,7/4,3	Омлет натуральный с маслом сливочным	95/5	Каша рисовая вязкая молочная с изюмом и сливочным маслом	125,7/4,3	Каша ячневая вязкая молочная с сливочным маслом	125,7/4,3
	Какао с молоком сгущенным	150	Кофейный напиток	150	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5	Кофейный напиток	150
	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское" и сыром "Российский"	25/5/5	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское"	25/5	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское"	25/5	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское" и сыром "Российский"	25/5	Бутерброд с слив.маслом "Крестьянское"	25/5
	Хлеб пшеничный	10			Хлеб пшеничный	10				
2 з	Фрукты свежие	95	Сок фруктовый или ягодный	100	Фрукты свежие	95	Сок фруктовый или ягодный	100	Фрукты свежие	95
обед	Борщ с картофелем со сметанной	140/10	Суп картофельный с фрикадельками из мяса говяжьины	134/16	Суп картофельный	150	Щи из свежей капусты с картофелем	150	суп картофельный с макаронными изделиями	150
	Зразы рубленые из мяса говяжьины с яйцом	60	Запеканка картофельная с печенью говяжьей	150	Тефтели из мяса говяжьины	60	Макаронник с мясом говяжьины	150	Котлета рубленая из птицы	60
	Соус красный основной	15	Соус красный основной	15	Соус сметанный	60	Соус сметанный с томатом	15	Рис припущенный	110
	Пюре из моркови	110	Овощи квашеные или соленые	30	Пюре из свеклы	110	компот из свежих яблок	150	Соус красный основной	15
	Напиток из плодов шиповника	150	компот из смеси сухофруктов	150	Кисель из сока натурального	150	Овощи квашеные или соленые	30	Овощи квашеные или соленые	30
	Хлеб пшен. / ржан.	25/41	Хлеб пшен. / ржан.	25/40	Хлеб пшен. / ржан.	25/40	Хлеб пшен. / ржан.	25/40	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5
								Хлеб пшен. / ржан.	25/40	
полдник	Биточки рыбные из трески	60	Лудинг из творога	130	Каша геркулесовая жидкая молочная с сливочным маслом	125,7/4,3	Шницель рыбный из трески	60	Запеканка из творога с морковью с повидлом	123/7
	Картофельное пюре	110	Соус молочный сладкий	20	Напиток из плодов шиповника	150	Картофельное пюре	110	Кефир	150
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5	Кефир	150	Булочка школьная	70	компот из смеси сухофруктов	150	Пряник	60
	Хлеб пшеничный	10	Пряник	60	Вафли	30	Хлеб пшеничный	10		
								Соус сметанный с томатом	15	
ужин	Напиток из плодов шиповника	150	Чай с сахаром	150/7	Чай с сахаром	150/7	Чай с сахаром	150/7	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3,5
	Вафли	30	Хлеб пшеничный	10	Хлеб пшеничный	10	Печенье	12	Хлеб пшеничный	10