

10-дневное меню для детей 3-7 лет

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 200	ЛАПША МОЛОЧНАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	КАША "ДРУЖБА" 200	КАША МАННАЯ 200	КАША РИСОВАЯ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ 200
ПЕЧЕНЬЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ПЕЧЕНЬЕ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 7	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 7	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	ЧАЙ СЛАДКИЙ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	СЫР 10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200			КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
II Завтрак									
СОК ФРУКТОВЫЙ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ЯБЛОКО 120	ЯБЛОКО 180	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	ЯБЛОКО 125	СОК ФРУКТОВЫЙ 100
Обед									
БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 200	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 40	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРИЦЕЙ 200	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ДОЛЬКОЙ 35	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 60	КАБАЧКОВАЯ ИКРА 60	СУП КУРИНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 200	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ДОЛЬКОЙ 35
МЯСО, ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ 200	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 200	СВЕКЛА ТУШЕНАЯ 110	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 200	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 200	СУП ГОРОХОВЫЙ С СУХАРИКАМИ 200/15	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСОМ КУРИЦЫ И СМЕТАНОЙ 200	БИТОЧЕК КУРИНЫЙ 78	ЩИ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 200
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 100	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 73	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И СОУСОМ 200/30	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 120	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200	ПЛОВ С МЯСОМ ПТИЦЫ 190	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	МЯСНОЙ РУЛЕТ С ЯЙЦОМ 82	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	БЕФСТРОГАНОВ 80	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
	ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ 75	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ 75/30
		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50			ХЛЕБ РЖАНОЙ 50				КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150
Полдник									
ОМЛЕТ 140	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ СО СМЕТАНОЙ 155/10	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ" 163	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-РИСОВЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 187/20	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СМЕТАННО-ТОМАТНОМ СОУСЕ 125/30	МОЛОКО 200	ВИНЕГРЕТ 160	КАКАО С МОЛОКОМ 200	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА 60
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 85	МОЛОКО 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 104	МОЛОКО 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	СОК 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ 92
ЧАЙ С САХАРОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	СОК 200	КИСЕЛЬ 200	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	КИСЕЛЬ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 48	ПИРОГ С МЯСОМ 104	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	ЧАЙ СЛАДКИЙ 200
ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60	ПОВИДЛО 25	СУФЛЕ РЫБНОЕ 130		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ВАФЛИ 20	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50		РЫБНО-ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА 140	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 140
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 60		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 48	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ СО СМЕТАНОЙ 157/10			