

Примерное десятидневное меню (осенне-зимний период)

	1-1		1-2		1-2		1-3		1-5						
	ВЫХОД		ВЫХОД		ВЫХОД		ВЫХОД		ВЫХОД		ВЫХОД				
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	130	150	Каша геркулесовая	130	150	Каша рисовая молочная	130	150	Каша пшеничная молочная	130	150	Каша манная молочная	130	150
	Чай с лимоном	150	180	Кофейный напиток на половинном молоке	150	180	Какао с молоком	150	180	Кофейный напиток на половинном молоке	150	180	Какао с молоком	150	180
	Бутерброд с маслом	30/5	40/5	Бутерброд с маслом	30/5	40/5	Бутерброд с маслом	30/5	40/5	Бутерброд с маслом	30/5	40/5	Бутерброд с маслом	30/5	40/5
2 завтрак						Сок	100	100							
Обед	Салат из моркови	30	50	Суп-пюре гороховый с гречками	150	180	Суп картофельный с крупой (перловка)	150	180	Свекольник	150	180	Суп с галушками	150	180
	Борщ с капустой и картофелем	150	180												
	Рагу из курицы	121	146	Кнели с рисом	50	70	Котлеты рубленые	50	70	Картофельная запеканка с мясом	115	125	Плов из курицы	150	180
				Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	Капуста тушеная	110	130						
	Компот из плодов и ягод сушеных	150	180	Компот из плодов и ягод сушеных	150	180	Отвар шиповника	150	180	Компот из плодов и ягод сушеных	150	180	Компот из плодов и ягод сушеных	150	180
	Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50
Полдник	Пудинг из творога с рисом	80	100	Рулет из рыбы	70	90	Салат овощной с зеленым горошком	30	50	Запеканка из творога	80	100	Биточки рыбные	70	80
							Булочка домашняя	60	80						
	Чай с сахаром	150	180	Чай с сахаром	150	180	Чай с лимоном	150	180	Чай с сахаром	150	180	Чай с сахаром	150	180
				Хлеб пшеничный	30	40							Хлеб пшеничный	30	40

	2-1		2-2		2-3		2-4		2-5						
Завтрак	Макаронные изделия отварные с маслом	130	150	Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба»	130	150	Каша манная молочная	130	150	Каша гречневая рассыпчатая	130	150	Каша геркулесовая	130	150
	Чай с лимоном	150	180	Кофейный напиток на половинном молоке	150	180	Какао с молоком	150	180	Кофейный напиток на половинном молоке	150	180	Какао с молоком	150	180
	Бутерброд с маслом	30/5	40/5	Бутерброд с маслом	30/5	40/5	Бутерброд с маслом	30/5	40/5	Бутерброд с маслом	30/5	40/5	Бутерброд с маслом	30/5	40/5
2 завтрак						Сок	100	100							
Обед	Салат из свеклы	30	50	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	Суп картофельный с крупой (пшено)	150	180	Рассольник	150	180
	Суп овощной с зеленым горошком	150	180												
	Биточки рубленые	50	70	Гуляш	60	80	Рис отварной	110	130	Макаронник с мясом	140	165	Котлеты рубленые	50	70
	Пюре картофельное	110	130	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	Шницели припущенные	50	70	Соус томатный	20	30	Пюре картофельное	110	130
							Соус томатный	20	30						
	Компот из плодов и ягод сушеных	150	180	Компот из плодов и ягод сушеных	150	180	Отвар шиповника	150	180	Компот из плодов и ягод сушеных	150	180	Компот из плодов и ягод сушеных	150	180
Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50	Хлеб ржаной	40	50	
Полдник	Ленивые вареники	80	100	Котлета рыбная	50	70	Салат витаминный	30	50	Запеканка из творога с морковью	80	100	Рыба тушеная с овощами	100	120
							Булочка дорожная	60	80						
	Чай с сахаром	150	180	Чай с сахаром	150	180	Чай с лимоном	150	180	Чай с сахаром	150	180	Чай с сахаром	150	180
Хлеб пшеничный				30	40	Хлеб пшеничный							30	40	