

Меню: сад - от 3 до 7 лет

	День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
	Наименование блюд	выход сад	Наименование блюд	выход сад	Наименование блюд	выход сад	Наименование блюд	выход сад	Наименование блюд	выход сад
З А В Т Р А К	Яйцо вареное	40	Каша геркулесовая молочная	200	Омлет с сыром Российским	80/15	Каша манная молочная	200	Каша гречневая жидкая молочная	200
	Икра кабачковая	100			Горошек зеленый	60				
	Хлеб пшеничный	20	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянским	30	Хлеб пшеничный	20	Батон йодированный	30		
	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянским	30/10			Бутерброд с маслом сливочным Крестьянским	30/10				
	Чай с сахаром	200			Какао с молоком	200				
2-й завтрак 10-00										
109-	Кефир	100	Молоко кипяченое	100	Молоко кипяченое	100	Кефир	100	Молоко кипяченое	100
О Б Е Д	Суп картофельный с крупой	180	Щи зеленые	180	Суп с макаронными изд.	180	Суп с клецками	180	Борщ с картофелем со сметаной	180
	Котлета мясная из говядины	80	Биточки мясные из говядины	80	Котлета куриная	80	Тефтели говяжьи/	80	Суфле из отварного мяса из говядины с рисом	80
	Макароны отварные	130	Пюре картофельное	150			Соус сметанный	30		
	Соус сметанно-томатный	30	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180	Капуста тушеная	150	Пюре гороховое	130	Рагу овощное	130
	Овощи свежие	30					Овощи свежие	30		
	Сок яблочный	180	Свекла отварная	60	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб пшеничный / ржаной	30/50	Хлеб пшеничный / ржаной	30/50	Хлеб пшеничный / ржаной	30/50	Хлеб пшеничный / ржаной	30/50	Хлеб пшеничный / ржаной	30/50
	П о л д н и к уплотненный 15-30									
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	Суп молочный рисовый	200	Шницель рыбный натуральный	80	Пирожок печеный с картофелем	80	Запеканка из творога с морковью, с повидлом	150/30	
Молоко кипяченое	200	Булочка сдобная	80	Картофельное пюре	150	Икра кабачковая	50	Кефир	180	
Фрукты свежие	110	Кефир	200	Хлеб пшеничный	20	Яйцо вареное	1 шт	Фрукты свежие	120	
				Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200			
						Фрукты свежие	110			
У Ж И Н 18.00										
Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Напиток из плодов шиповника	200	Напиток из плодов шиповника	200	Чай с сахаром	200	
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Печенье	20	Хлеб пшеничный	20	Печенье	20	
ИТОГО за день ккал	1964	ИТОГО за день ккал	2357	ИТОГО за день ккал	1881	ИТОГО за день ккал	1915	ИТОГО за день ккал	1938	

Меню: сад - от 3 до 7 лет

З А В Т Р А К	День 6	выход	День 7	выход	День 8	выход	День 9	выход	День 10	выход
	Наименование блюд	сад	Наименование блюд	сад	Наименование блюд	сад	Наименование блюд	сад	Наименование блюд	сад
	Макароны отварные с сыром	150	Омлет натуральный	80	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/30	Каша пшеничная молочная	200
	Батон йодированный с маслом сливочным Крестьянским	30/10	Кукуруза консервированная	60	Кофейный напиток с молоком	200	Бутерброд с маслом сливочным Крестьянским	30/10	Батон йодированный	30
			Хлеб пшеничный белый	20						
	Чай с сахаром	200	Какао с молоком	200						
			Бутерброд с маслом сливочным Крестьянским	30/10					Какао с молоком	200
2-й завтрак 10-00										
	Кефир	100	Молоко кипяченое	100	Кефир	100	Кефир	100	Молоко кипяченое	100
О Б Е Д	Суп картофельный с горохом	180	Щи из свежей капусты со сметаной	180	Суп картофельный с гречками	180/15	Борщ с фасолью и картофелем	180	Суп с мясными фрикадельками из говядины	180
	Котлета мясная из говядины	80	Бефстроганов из отварного мяса (говядина) с соусом сметанным	160	Суфле из курицы или цыплят бройлеров	73	Тефтели говяжьи со сметанным соусом	80	Макаронник с мясом из говядины	45/125
	Каша гречневая	130	Каша пшеничная	130	Капуста тушеная	150	Овощное рагу	130	Свекла отварная	60
	Сметанно-томатный соус	30	Овощи свежие	30					Хлеб пшенич.	30
	Сок яблочный	180	Хлеб пшенич. Хлеб ржаной	30/50	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Хлеб ржаной	50
	Овощи свежие	30	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30/50	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	30/50								
	П о л д н и к уплотненный 15-30									
	Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/30	Каша пшеничная молочная/	200	Рыба минтая тушеная с овощами	80/50	Суп молочный с крупой	200	Рыба минтая, запеченная в омлете	80
					Картофельное пюре	150			Картофельное пюре	150
	Молоко кипяченое	180	Ватрушка с повидлом	70/30	Хлеб пшеничный	20	Булочка школьная	80	Овощи свежие	30
	Фрукты свежие	120	Кефир	180	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром, с лимоном	200	Чай с сахаром	200
									Хлеб пшеничный	20
Ужин 18-00										
	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Напиток из плодов шиповника	180	Напиток из плодов шиповника	200	Напиток из плодов шиповника	200
	Печенье	20	Хлеб пшеничный	20	Печенье	20	Хлеб пшеничный	20	Печенье	20
	ИТОГО за день ккал	2012	ИТОГО за день ккал	2144	ИТОГО за день ккал	1985,5	ИТОГО за день ккал	2148	ИТОГО за день ккал	1635