

Примерное цикличное 10-ти дневное меню для детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 12 часовым пребыванием

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<p>Завтрак Каша молочная из пшеничная с маслом сливочным -155 Б/д с маслом сливочным-20/5 Кофейный напиток с молоком - 150</p>	<p>Завтрак Каша пшённая молочная с маслом сливочным -155 Какао с молоком - 150 Бутерброд с маслом сливочным -20/5</p>	<p>Завтрак Лапша молочная – 150 Яйца варёные – 1 шт. Кофейный напиток с молоком -150 Бутерброд с маслом и сыром-25/5/10</p>	<p>Завтрак Каша кукурузная молочная с маслом сливочным -155 Какао с молоком-150 Бутерброд с маслом -20/5</p>	<p>Завтрак Каша рисовая молочная с маслом сливочным- 155 Кофейный напиток с молоком- 150 Бутерброд с маслом, сыром -20/5/10</p>
<p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный -95</p>	<p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный -95</p>	<p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный -95</p>	<p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный -95</p>	<p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный -95</p>
<p>Обед Салат из белокочанной капусты -40 Суп картофельный с рыбой — 150/15 Птица тушёная в соусе с овощами - 190 Компот из смеси сухих фруктов -150 Хлеб ржаной - 35</p>	<p>Обед Огурец солёный - 20 Суп из овощей с мясом, сметаной- 160/5 Оладьи из печени по-кунцевски - 60 Картофельное пюре -120 Компот из сухофруктов -150 Хлеб ржаной – 35</p>	<p>Обед Салат из свеклы -40 Суп с крупой на мясном бульоне-150 Капуста тушёная с мясом - 160 Компот из сухофруктов -150 Хлеб ржаной -35</p>	<p>Обед Салат из свёклы с соленым огурцом -40 Рассольник ленинградский с птицей и сметаной -150/10/5 Печень по-строгановски - 40 Макаронь отварные -100 Компот из свежих яблок -150 Хлеб ржаной -35</p>	<p>Обед Салат из свеклы с зеленым горошком – 40 Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной -150/5 Запеканка картофельная с мясом и соусом сметанным -120/15 Кисель из джема -150 Хлеб ржаной -35</p>
<p>Полдник Салат из зелёного горошка-30 Омлет натуральный -100 Чай с сахаром -150 Хлеб пшеничный - 20</p>	<p>Полдник Салат из свеклы -40 Пудинг рыбный натуральный - 60 Рис отварной с овощами -100 Чай с сахаром -150 Хлеб пшеничный - 20</p>	<p>Полдник Салат из кукурузы консервированной - 30 Пудинг из творога с рисом - 100 Соус молочный сладкий или сгущённое молоко - 20 Чай -150 Фрукты свежие -115</p>	<p>Полдник Икра кабачковая -35 Шницель рыбный натуральный - 60 Картофель отварной - 120 Чай с сахаром - 150 Хлеб пшеничный -15</p>	<p>Полдник Салат из моркови-40 Запеканка из творога сс печеньем – 100 Чай - 150 Фрукты свежие -115</p>

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<p>Завтрак Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным -155 Яйцо варёное – 1 шт. Какао с молоком -150 Бутерброд с маслом -20/5</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный -95</p> <p>Обед Свёкла варёная (порциями)-40 Суп картофельный с клёцками на курином бульоне со сметаной – 150/5 Капуста тушёная с птицей- 150 Компот из смеси сухих фруктов -150 Хлеб ржаной - 35</p> <p>Полдник Салат из моркови - 40 Оладьи с молоком сгущённым – 100/15 Чай - 150 Пряники или печенье - 20</p>	<p>Завтрак. Каша молочная пшеничная с маслом сливочным - 155 Кофейный напиток с молоком - 150 Бутерброд с маслом сливочным - 20/5</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный - 95</p> <p>Обед Икра кабачковая для детского питания - 30 Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной-160/5 Печень, тушёная в соусе-40 Макаронные изделия отварные - 100 Компот из сухофруктов -150 Хлеб ржаной -35</p> <p>Полдник Огурец соленый-20 Рыба, запеченная в омлете- 60 Картофельное пюре - 120 Чай с сахаром -150 Хлеб пшеничный - 20</p>	<p>Завтрак Каша молочная Дружба с маслом сливочным-155 Какао с молоком -150 Бутерброд с маслом и сыром- 25/5/10</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный-95</p> <p>Обед Салат из свеклы-40 Щи из свежей капусты на мясном бульоне и сметаной -150/5 Котлеты рубленые – 60 Соус сметанный - 15 Перловка рассыпчатая -100 Компот из смеси сухих фруктов - 150 Хлеб ржаной -35</p> <p>Полдник Салат из моркови -40 Запеканка из творога с молоком сгущённым – 100/15 Чай - 150 Фрукты свежие -115</p>	<p>Завтрак Яйца варёные – 1 шт. Каша манная молочная с маслом сливочным – 155 Кофейный напиток с молоком-150 Бутерброд с маслом -25/5</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный -95</p> <p>Обед Салат из кукурузы консервированной -40 Борщ с картофелем, с мясом и сметаной-160/5 Голубцы ленивые -120 Соус сметанный -15 Компот из свежих яблок-150 Хлеб ржаной -35</p> <p>Полдник Салат витаминный -40 Котлеты рыбные любительские - 60 Пюре картофельное -120 Чай с сахаром - 150 Хлеб пшеничный - 20</p>	<p>Завтрак Каша гречневая молочная с маслом сливочным - 155 Какао с молоком -150 Бутерброд с маслом, сыром - 20/5/10</p> <p>2-ой завтрак Сок фруктовый или ягодный- 95</p> <p>Обед Огурец соленый- 20 Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне - 150 Жаркое по- домашнему -160 Кисель из джема -150 Хлеб ржаной -35</p> <p>Полдник Салат из моркови с изюмом -40 Запеканка из творога с яблоками – 100 Джем - 15 Чай -150 Фрукты свежие -115</p>