



Перспективное 10-дневное меню для детей в возрасте от 1 до 3 лет

	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
<b>Завтрак</b>	Каша молочная жидкая кукурузная	150	Каша жидкая молочная манная	150	Суп молочный с рисом	150	Каша «Дружба»	150	Омлет натуральный	130
	Батон (нарезка)	20	Батон (нарезка)	30	Батон (нарезка)	20	Батон (нарезка)	20	Батон (нарезка)	30
	Сыр в нарезке	15	Джем порционный	20	Масло сливочное	10	Сыр в нарезке	10	Джем порционный	20
	Какао с молоком	180	Чай с молоком и сахаром	150	Кофейный напиток с молоком	180	Какао с молоком	180	Чай с молоком и сахаром	180
<b>2й завтрак</b>	Сок яблочно-вишневый	150	Сок абрикосовый	150	Сок яблочный	180	Сок яблочно-вишневый	150	Сок абрикосовый	150
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидор с зеленью	30	Винегрет с растительным маслом	30	Горошек зелёный	30	Салат Светофор	30	Салат Витаминный	30
	Борщ с капустой, картофелем и олениной со сметаной	150	Суп картофельный с горохом и олениной	150	Суп лапша с курицей	150	Уха по-королевски с фрикадельками	150	Суп из овощей с мясными фрикадельками	150
	Рис отварной	110	Капуста тушеная	110	Картофельное пюре	110	Плов из отварной оленины	160	Рагу из овощей с зелёным горошком	110
	Рулет из рыбы	50	Зразы мясные	50	Печень, тушенная с овощами в сметанном соусе	50	Напиток из шиповника	150	Котлета из курицы	50
	Соус томатный с овощами	20	Соус красный основной	20	Компот из смеси сухофруктов	150	Хлеб пшеничный	20	Компот из кураги	150
	Напиток из шиповника	150	Компот из плодов консервированных	150	Хлеб ржано- пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Хлеб витаминизированный	30	Хлеб	40	Хлеб пшеничный	20				
	Хлеб ржано- пшеничный	40	Хлеб пшеничный	20						
<b>Полдник</b>	Молоко кипячённое	150	Ряженка 2,5%	150	Йогурт 2,5%	150	Кефир	150	Ряженка 2,5%	150
	Булочка Российская	50	Пряник	50	Булочка «Осенняя»	50	Кекс «Столичный»	50	Булочка «Дорожная»	50
<b>Ужин</b>	Салат фруктовый	30	Салат:мультифруктовый	30	Салат из фруктов «Витаминка»	30	Салат «Сладкоежка»	30	Салат «Фруктовый микс»	30
	Макароньы отварные	110	Гречка по-купечески с олениной	160	Жаркое по-домашнему	160	Горошница	110	Картофель отварной с зеленью	110
	Бефстроганов из отварной оленины	50	Кисель из брусники	180	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	180	Гуляш из говядины	50	Сердце говяжье в соусе	50
	Чай с сахаром	180	Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано- пшеничный	30	Чай с лимоном и сахаром	180	Компот из плодов - консервированных	180
	Хлеб ржано- пшеничный	30					Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30



Перспективное 10-дневное меню для детей в возрасте от 1 до 3 лет

	6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
<b>Завтрак</b>	Каша молочная жидкая рисовая	150	Суп молочный с маком изд	150	Каша жидкая молочная овсяная	150	Каша жидкая молочная пшенная	150	Омлет натуральный	130
	Батон(нарезка)	30	Батон (нарезка)	30	Батон (нарезка)	20	Батон (нарезка)	40	Батон (нарезка)	20
	Сыр в нарезке	20	Масло сливочное (порциями)	10	Джем порционный	20	Сыр в нарезке	10	Джем порционный	20
	Какао с молоком	150	Чай с сахаром	180	Кофейный напиток с молоком	160	Какао с молоком	150	Чай с молоком и сахаром	180
<b>2й завтрак</b>	Сок яблочный	180	Сок яблочно-вишневый	150	Сок абрикосовый	150	Сок яблочный	180	Сок апельсиновый	150
<b>Обед</b>	Салат из свежих огурцов с зеленью	30	Салат из свеклы, с черносливом, орехами и чесноком	30	Горошек зелёный	30	Салат Витаминный	30	Винегрет с зелёным горошком	30
	Щи из свежей капусты картофелем оленевой	150	Суп Волна с курицей	150	Суп картофельный с мясом	150	Свекольник с оленевой	150	Рассольник	
	Картофельное пюре	110	Каша гречневая вязкая	110	Оленина тушеная с картофелем	160	Рис пикантный	110	Ленинградский с оленевой	150
	Котлета мясо-картофельная по хлыновски	50	Тефтели из мяса с рисом «Ёжики»	50	Компот из плодов консерв-х	180	Рыба, запечённая в сметанном соусе(минтай)	50	Картофель, запечённый с подсолнечным маслом	110
	Компот из смеси сухофруктов	150	Соус красный основной	20	Хлеб ржано-пшеничный	40	Напиток из шиповника	150	Оленина тушеная	50
	Хлеб витаминизированный	20	Компот из брусники	150	Хлеб пшеничный		Хлеб ржано-пшеничный	20	Компот из смеси сухофруктов	150
	Хлеб ржано-пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	40			Хлеб пшеничный	20	Хлеб ржано-пшеничный	20
							Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	40
<b>Полдник</b>	Йогурт 2,5%	150	Кефир	150	Ряженка 2,5%	150	Йогурт 2,5%	150	Молоко кипяченое	150
	Пряник	50	Булочка «Российская»	50	Шанежка с картофелем	50	Булочка «Нежная»	50	Коржик молочный	50
<b>Ужин</b>	Салат Мульти фруктовый	30	Салат из фруктов «Витаминка»	30	Салат из фруктов «Сладкоежка»	30	Салат из фруктов «Фруктовый микс»	30	Салат из моркови и яблок	30
	Капуста тушеная с мясом	160	Картофель тушеный	110	Макароны отварные	120	Запеканка из творога с яблоками	130	Плов с курицей	160
	Чай с сахаром	180	Котлета рыбная		Курица тушеная с морковью	50	Соус из кураги	30	Компот из брусники	180
	Хлеб пшеничный	30	Любительская	50	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	180	Чай с лимоном и сахаром	180	Хлеб пшеничный	30
			Компот из свежих яблок	180	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	30		
			Хлеб пшеничный	40						