

Двухнедельное основное осенне-зимнее меню
для воспитанников возрастных категорий от 1 до 3 лет и от 3 до 7(8) лет

	1-3 года	3-7 лет
<u>Понедельник</u>		
<u>Завтрак</u>		
Каша гречневая с овощами	100	120
Яйцо варенное	30	60
Икра кабачковая	30	40
Хлеб с маслом	30/5	40/10
Чай (с лимоном)	180 (5)	200 (5)
<u>Обед</u>		
Суп «Полевой»	200	250
Отварные макароны	150	150
Гуляш куриный	50	60
Икра свекольная	50	60
Хлеб	30	50
Компот из сухофруктов	150	180
<u>Полдник</u>		
Каша молочная рисовая	180	220
Печенье	15	15
Кофейный напиток	150	180
<u>Вторник</u>		
<u>Завтрак</u>		
Каша овсяная молочная	180	220
Хлеб с маслом и твердым сыром	30/5/5	40/10/10
Чай	180	200
<u>Обед</u>		
Борщ (с пампушками)	200	250
Плов с мясом	120	160
Соленый огурец	40	50
Хлеб	30	50
Фруктовый напиток	150	180
<u>Полдник</u>		
Оладьи со сгущенным молоком	110/25	115/25
Какао на молоке	150	180
<u>Среда</u>		
<u>Завтрак</u>		
Каша пшеничная	100	120
Омлет	30	60
Отварная сосиска	30	30
Хлеб с маслом и твердым сыром	30/5/5	40/10/10
Чай (с лимоном)	180 (5)	200 (5)
<u>Обед</u>		
Суп гороховый (с гренками)	200	250

Картофельное пюре	110	150
Котлета рыбная с томатным соусом	60/10	80/15
Салат из квашеной капусты	50	60
Хлеб	30	50
Компот из свежих яблок	150	180
<u>Полдник</u>		
Запеканка творожно-рисовая со сметанным соусом	120/10	150/15
Цикорий с молоком	150	180
<u>Четверг</u>		
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная гречневая	180	220
Хлеб с маслом и твердым сыром	30/5/5	40/10/10
Чай	180	200
<u>Обед</u>		
Суп с галушками	200	250
Каша пшеничная	120	140
Оладьи печеночные	45	60
Квашенный помидор	40	50
Хлеб	30	50
Фруктовый кисель	150	180
<u>Полдник</u>		
Сырники со сметанным соусом	120	150
Какао на молоке	150	180
<u>Пятница</u>		
<u>Завтрак</u>		
Рис с яблоками и изюмом	170	170
Хлеб с маслом	30/5	40/10
Чай	180	200
<u>Обед</u>		
Суп с рыбными фрикадельками	200	250
Гороховое пюре	150	150
Тефтеля куриная с томатным соусом	50/10	60/15
Салат со свеклы	50	60
Хлеб	30	50
Компот из сухофруктов	150	180
<u>Полдник</u>		
Ряженка / Кефир	150	180
Кондитерское изделие	40	40
<u>Понедельник 2</u>		
<u>Завтрак</u>		
Макаронны с овощами	160	160
Варенное яйцо	30	60
Кабачковая икра	30	40
Хлеб с маслом	30/5	40/10
Цикорий с молоком	150	180
<u>Обед</u>		
Суп «Болгарский»	200	250
Каша гречневая	120	140
Гуляш мясной	50	60

Салат с квашенной капусты	50	60
Хлеб	30	50
Компот из свежих яблок	150	180
<u>Полдник</u>		
Каша молочная овсяная	180	220
Печенье	15	
Чай	180	200
<u>Вторник 2</u>		
<u>Завтрак</u>		
Каша молочная манная	180	220
Хлеб с маслом и твердым сыром	30/5/5	40/10/10
Чай	180	200
<u>Обед</u>		
Суп с куриными фрикадельками	200	250
Каша пшенная	120	140
Тушеная печень в сметане	50	60
Икра свекольная	50	60
Хлеб	30	50
Фруктовый кисель	150	180
<u>Полдник</u>		
Ленивые вареники со сметанным соусом	100	130
Какао на молоке	150	180
<u>Среда 2</u>		
<u>Завтрак</u>		
Омлет	30	60
Отварная сосиска	30	30
Кабачковая икра	40	50
Хлеб с маслом	30/5	40/10
Чай	180	200
<u>Обед</u>		
Рассольник «Ленинград»	200	250
Картофельная запеканка с мясом	150	180
Соленый помидор	40	50
Хлеб	30	50
Фруктовый кисель	150	180
<u>Полдник</u>		
Каша молочная пшенная	180	220
Печенье	15	15
Кофейный напиток	150	180
<u>Четверг 2</u>		
<u>Завтрак</u>		
Суп молочный вермишелевый	180	220
Хлеб с маслом и твердым сыром	30/5/5	40/10/10
Чай	180	200
<u>Обед</u>		
Суп овощной	200	250
Рис отварной	120	140
Котлета мясная с томатным соусом	50/10	60/15
Салат со свеклы	50	60
Хлеб	30	50
Компот из свежих яблок	150	180

<u>Полдник</u>		
Запеканка творожная со сметанным соусом	120/10	150/15
Какао на молоке	150	180
<u>Пятница 2</u>		
<u>Завтрак</u>		
Каша пшеничная с овощами	120	140
Отварная сосиска	30	30
Яйцо варенное	30	60
Хлеб с маслом	30/5	40/10
Чай	180	200
<u>Обед</u>		
Суп харчо	200	250
Жаркое по-домашнему	180	200
Икра свекольная	50	60
Хлеб	30	50
Фруктовый напиток	150	180
<u>Полдник</u>		
Булка с повидлом (с изюмом)	100	100
Какао на молоке	150	180