

Десятидневное меню для детей от 2 до 3 лет

	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
	Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд	
завтрак	Каша рисовая на сгущенном молоке	150/4	Пудинг из творога с рисом	100	Омлет натуральный	65	Запеканка из творога	100	Каша пшенная молочная жидкая	150/4
	Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5	Соус молочный сладкий	15	Икра кабачковая	60	Соус молочный сладкий	15	Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5
	Чай с сахаром	150/7	Какао с молоком	150/8	Хлеб пшеничный	10	Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5	Кофейный напиток с молоком	150/7
			Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5	Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5	Кофейный напиток с молоком	150		
				Кофейный напиток с молоком	150					
2з	Яблоки	95	Сок	100	Сок	100	Сок	100	Яблоки	95
обед	Суп с рыбными консервами	150	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/8	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	Борщ с картофелем со сметаной	150/8	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150
	Шницель рубленый из говядины	60	Гуляш из отварного мяса	100	Котлета рубленая из говядины	60	Жаркое по-домашнему	190	Котлета рубленая из птицы	60
	Пюре картофельное	120	Пюре картофельное	100	Капуста тушеная	120	Квашеный огурец	30	Свекла, тушеная в соусе	120
	Огурец квашенный	30	Компот из сушеных фруктов	150	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	Компот из сушеных фруктов	150	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	Хлеб пшеничный/ржаной	20/40	Хлеб ржаной	40	Хлеб пшеничный/ржаной	20/40	Хлеб пшеничный/ржаной	10/40
	Хлеб пшеничный/ржаной	10/40								
полдник	Омлет натуральный	65/5	Каша гречневая молочная	150/4	Шницель рубленый натуральный	60	Суп молочный с макаронными изделиями	150	Рыба отварная (треска)	60
	Зеленый горошек	50	Булочка ванильная	70	Морковь отварная с маслом сливочным	120	Ватрушка с повидлом	70	Пюре картофельное	120
	Кофейный напиток с молоком	150/7	Молоко кипяченое	150	Чай с сахаром	150/7	Чай с сахаром	150/7	Чай с сахаром	150/7
	Хлеб пшеничный	10			Хлеб пшеничный	20			Хлеб пшеничный	20
ужин	Молоко кипяченое	100	Кефир	100	Молоко кипяченое	100	Кефир	100	Молоко кипяченое	100
	печенье	12	Хлеб пшеничный	10	печенье	12	Хлеб пшеничный	10	печенье	12
	6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
завтрак	Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд		Наименование блюд	
	Макароны отварные с сливочным маслом	125/5	Суп молочный с макаронными изделиями	150	Омлет натуральный	65	Каша геркулесовая молочная жидкая	150/4	Пудинг из творога с рисом	100
	Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5	Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5	Икра кабачковая	60	Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5	Соус молочный сладкий	15
	Чай с сахаром	150/7	Кофейный напиток с молоком	150/7	Хлеб пшеничный	10	Кофейный напиток с молоком	150/7	Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5
				Бутерброд с слив. маслом «Крестьянское»	30/5			Какао с молоком	150/8	
				Кофейный напиток с молоком	150/7					

2з	Сок	100	Сок	100	Яблоки	95	Сок	100	Яблоко	95
обед	Суп картофельный с крупой	150	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	Борщ с картофелем со сметаной	150/8	Суп картофельный с макаронными изделиями	150
	Биточки рубленные из говядины	60	Шницель рубленный из говядины	60	Поджарка	55	Котлета рубленая из говядины	60	Плов из птицы	160
	Рагу овощное	105	Соус сметанный	20	Пюре картофельное	120	Капуста тушеная	120	Огурец квашеный	30
	Компот из сушеных фруктов	150	Каша гречневая вязкая рассыпчатая с маслом сливочным	100	Огурец квашеный	30	Компот из сушеных фруктов	150	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150
	Хлеб пшеничный/ржаной	10/40	Огурец квашеный	30	Компот из сушеных фруктов	150	Хлеб пшеничный/ржаной	10/40	Хлеб пшеничный/ржаной	10/40
			Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	Хлеб пшенично/ржаной	10/40				
		Хлеб пшеничный/ржаной	10/40							
полдник	Омлет натуральный	65	Печень, тушенная в соусе	40/15	Каша рисовая молочная жидкая	150	Рыба отварная (треска)	60	Каша манная молочная вязкая	150
	Икра кабачковая	60	Пюре картофельное	120	Булочка ванильная	70	Пюре картофельное	120	Ватрушка с повидлом	70
	Какао с молоком	150/8	Чай с сахаром	150/7	Какао с молоком	150/8	Чай с сахаром	150/7	Чай с сахаром	150/7
	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20			Хлеб пшеничный	10		
ужин	Молоко кипяченое	100	Молоко кипяченое	100	Кефир	100	Молоко кипяченое	100	Кефир	100
	печенье	12	печенье	12	Хлеб пшеничный	10	печенье	12	Хлеб пшеничный	10