

для детей с 12-ти часовым пребыванием

Составила диетсестра



МЕНЮ

Если 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день
Завтрак								
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 180	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 150
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 45	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40
КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150
ПЕЧЕНЬЕ 12	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20		ПЕЧЕНЬЕ 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ПЕЧЕНЬЕ 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20
II Завтрак								
КЕФИР 100	ЙОГУРТ 100	КЕФИР 100	ЙОГУРТ 100	КЕФИР 100	КЕФИР 100	ЙОГУРТ 100	КЕФИР 100	ЙОГУРТ 100
Обед								
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 180
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	РИС ОТВАРНОЙ 110	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 100	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 50/50
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 50	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 30	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 50/50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 30	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 30	РИС ОТВАРНОЙ 110
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 30	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 30
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50			ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50			ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
Уплотненный полдник								
ФРУКТЫ 95	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 100	ФРУКТЫ 100
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ 65	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 65	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ 50	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 65	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 30	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 30	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 50	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 65	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ 65	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТА) 110	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 30
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 110	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 50	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 150	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 30	БАТОН 30	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 30	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 60
ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 120	БАТОН 30	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15
БАТОН 30	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 120	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30