

### 10-и дневное меню сад

1 День - Понедельник	2 День - Вторник	3 День - Среда	4 День - Четверг	5 День - Пятница
<p><b>Завтрак:</b> Макароны, запеченные с сыром 130/10 Чай сладкий с лимоном 180/3 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8 ½ яйцо 20</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100</p> <p><b>Обед:</b> Салат «Луковый» с зеленым горошком 60 Свекольник с мясом со сметаной 200 Печень по-строгановски 70 Каша гречневая рассыпчатая 110 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38</p> <p><b>Полдник:</b> Какао с молоком 180 Булочка веснушка 80</p> <p><b>Ужин:</b> Каша пшеничная молочная 190 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30 Печенье 26</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша пшеничная молочная 190 Кофейный напиток с молоке 180 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100</p> <p><b>Обед:</b> Икра овощная 60 Щи с мясом со сметаной 200 Котлета рыбная 70 Пюре картофельное 130 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38</p> <p><b>Полдник:</b> Суфле творожное с повидлом 110/30 Чай сладкий 180 Хлеб пшеничный 15</p> <p><b>Ужин:</b> Котлета мясная 70 Рис с овощной подливой 110\40 Чай сладкий с лимоном 170 Хлеб пшеничный 30</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша гречневая молочная 190 Какао с молоком 180 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8</p> <p><b>Завтрак 2:</b> фрукт 100</p> <p><b>Обед:</b> Салат «Зимний» 60 Суп полевой с мясом со сметаной 200 рассольник с мясом со сметаной 150 Котлета куриная 70 Капуста тушеная 130 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38</p> <p><b>Полдник:</b> Омлет 150 Хлеб пшеничный 15 Молоко 180 Печенье 26</p> <p><b>Ужин:</b> Каша «Дружба» 190 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30 Вафли 18</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша манная молочная 190 Кофейный напиток с молоком 180 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 5 Сыр 15</p> <p><b>Завтрак 2:</b> фрукт 100</p> <p><b>Обед:</b> Огурец соленый или огурец свежий 60 Суп кудрявый с курами 200 Пюре картофельное 130 Гуляш с мясом 70 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38</p> <p><b>Полдник:</b> Запеканка творожная с молочным соусом 100/40 Чай сладкий с лимоном 180/3 Хлеб пшеничный 15</p> <p><b>Ужин:</b> Макароны, запеченные с сыром 130\10 Чай с молоком 170 Хлеб пшеничный 30</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная 190 Какао с молоком 180, Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8 Яйцо 1\2</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100</p> <p><b>Обед:</b> Салат витаминный 60 Щи с мясом со сметаной 200 Запеканка рисовая с мясом и овощной подливой 140\30 или Плов с мясом 180 Кисель 180 Хлеб ржаной 38</p> <p><b>Полдник:</b> Пирог с яблоком 80 Снежок 150</p> <p><b>Ужин:</b> Каша рисовая молочная 190 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30</p> <p><b>Печенье 26</b></p>

6 День - Понедельник	7 День - Вторник	8 День - Среда	9 День - Четверг	10 день - Пятница
<b>Завтрак:</b> Каша гречневая рассыпчатая 150/10 Чай сладкий с лимоном 180/3 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 5 Сыр 15 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Салат «Луковый» 60 Борщ с мясом со сметаной 200 Тефтели рыбные 70 Картофельное пюре 130 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38 <b>Полдник:</b> Ватрушка с повидлом 80 Кофе напиток с молоком 180 <b>Ужин:</b> Капуста тушеная с мясом 120 Чай сладкий 170 Хлеб пшеничный 30, Яйцо 1 шт	<b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная 190 Кофейный напиток с молоком 180 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8 Яйцо 1\2 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Икра из свеклы с зеленым горошком 60 суп картофельный с клецками со сметаной 200 Овощное рагу 130 Рулет мясной с луком и яйцом 70 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38 <b>Полдник:</b> Сырники творожные с киселем 100/40 Хлеб пшеничный 10 Молоко кипяченое 180 <b>Ужин:</b> Каша манная молочная 190 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30 Вафли 18	<b>Завтрак:</b> Каша «Дружба» молочная 190 Какао с молоком 180 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Винегрет 60 Суп картофельный рыбный со сметанной 200 Суфле из печени 70 Макароны отварные с овощной подливой 120\40 Фруктовый напиток из свежих фруктов 180 Хлеб ржаной 38 <b>Полдник:</b> Омлет 150 Молоко 180 Хлеб пшеничный 15 Вафля 18 <b>Ужин:</b> Овощное рагу с курицей 180 Хлеб пшеничный 30 Печенье 12 Чай сладкий с лимоном 170	<b>Завтрак:</b> Каша рисовая молочная 190 Кофейный напиток с молоком 180 Хлеб пшеничный 40, Масло сливочное 8 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Салат овощной зеленым горошком 60 Суп гороховый с курами с гренками 200\10 Биточки куриные 70 Картофельное пюре 130 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38 <b>Полдник</b> Снежок 150 Плюшка 80 <b>Ужин:</b> Рыба под омлетом 120 Чай сладкий 170 Хлеб пшеничный 30	<b>Завтрак:</b> Творожная запеканка с молочный соус 110/40 Какао с молоком 180 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 8 Яйцо 1\2 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Салат Крестьянский 60 Суп картофельный с курами со сметаной 200 Ленивые голубцы формовые, 180/30 Соус томатный или Бигус с мясом 200 Компот из сухофруктов 140 Хлеб ржаной 38 <b>Полдник:</b> Яйцо 40 Хлеб пшеничный 15 Мармелад 15 Печенье 13 Чай сладкий 180 <b>Ужин:</b> Жаркое с печенью 180 Чай с молоком 170 Хлеб пшеничный 30

### 10-и дневное меню ясли

1 День - Понедельник	2 День - Вторник	3 День - Среда	4 День - Четверг	5 День - Пятница
<b>Завтрак:</b> Макароны запеченные с сыром 110/7 Чай сладкий с лимоном 150/2 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 ½ яйцо 20 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> Салат «Луковый» с зеленым горошком 40 Свекольник с мясом со сметаной 150 Печень по-строгановски 60 Каша гречневая рассыпчатая 100 Компот из сухофруктов 100 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Какао с молоком 150	<b>Завтрак:</b> Каша пшеничная молочная 150 Кофейный напиток с молоке 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> Икра овощная 40 Щи с мясом со сметаной 150 Котлета рыбная 60 Пюре картофельное 110 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Суфле творожное с повидлом 80\20 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 10	<b>Завтрак:</b> Каша гречневая молочная 150 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 <b>Завтрак 2</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> Салат «Зимний» 40 Суп полевой с мясом со сметаной 150 Котлета куриная 60 Капуста тушеная 110 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Омлет 130 Хлеб пшеничный 10 Молоко 150	<b>Завтрак:</b> Каша манная молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 5 Сыр 8 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> Огурец соленый или огурец свежий 40 Суп кудрявый с курами 150 Картофельное пюре 110 Гуляш из отварного мяса или печени 60 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Запеканка творожная с молочным	<b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная 150 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 Яйцо 1\2 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> Салат витаминный 40 Щи с мясом со сметаной 150 Запеканка рисовая с мясом и овощной подливой 120\30 или Плов с мясом 150 Кисель 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Пирог с яблоком 70 Снежок 150

Булочка веснушка 70 <b>Ужин:</b> Каша пшеничная молочная 150 Молоко 150 Хлеб пшеничный 20 Печенье 26	<b>Ужин:</b> Котлетой мясная 60 Рис с овощной подливой 100\30 Чай сладкий с лимоном 150 Хлеб пшеничный 20	Печенье 26 <b>Ужин:</b> Каша «Дружба» 150 Молоко 150 Хлеб пшеничный 20 Вафли 18	соусом 80/30 Чай сладкий с лимоном 150/2 Хлеб пшеничный 10 <b>Ужин:</b> Макароны запеченные с сыром 110\7 Чай с молоком 150 Хлеб пшеничный 20	<b>Ужин:</b> Каша рисовая молочная 190 Молоко 170 Хлеб пшеничный 30 <b>Печенье 26</b>
<b>6 День - Понедельник</b>	<b>7 День - Вторник</b>	<b>8 День - Среда</b>	<b>9 День - Четверг</b>	<b>10 день - Пятница</b>
<b>Завтрак:</b> Каша гречневая рассыпчатая 130/10 Чай сладкий с лимоном 150/2 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 5 Сыр 8 <b>Завтрак 2:</b> фрукт 95 <b>Обед:</b> Салат «Луковый» 40 Борщ с мясом со сметаной 150 Тефтели рыбные 60 Картофельное пюре 110 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Плюшка с повидлом 70 Кофе напиток с молоком 150 <b>Ужин:</b> Капуста тушеная с мясом 100 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 20 <b>Яйцо 40</b>	<b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 Яйцо 1\2 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> Икра из свеклы с зеленым горошком 40 Суп картофельный с клецками с мясом со сметаной 150 Овощное рагу 100 Рулет мясной с луком и яйцом 60 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Сырники творожные с киселем 80/30 Хлеб пшеничный 10, Молоко кипяченое 150 <b>Ужин:</b> Каша манная молочная 150 Молоко 150 Хлеб пшеничный 20 Вафли 18	<b>Завтрак:</b> Каша «Дружба» молочная 150 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> Винегрет 40 Суп картофельный рыбный со сметаной 150 Суфле из печени 60 Макароны отварные с овощной подливой 100\30 Фруктовый напиток из свежих фруктов 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Омлет 130 Молоко 150 Хлеб пшеничный 10 Вафли 18 <b>Ужин:</b> Овощное рагу с курицей 150 Хлеб пшеничный 20 Печенье 1 Чай сладкий с лимоном 150	<b>Завтрак:</b> Каша рисовая молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Хлеб пшеничный 30, Масло сливочное 6 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> Салат овощной с зеленым горошком 40 Суп гороховый с курами с гренками 150/10 Биточки куриные 60 Картофельное пюре 110 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Снежок 150 Плюшка 70 <b>Ужин:</b> Рыба под омлетом 100 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 20	<b>Завтрак:</b> Творожная запеканка с молочный соус 110/30 Какао с молоком 150 Хлеб пшеничный 30 Масло сливочное 6 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95 <b>Обед:</b> салат Крестьянский 40 Суп картофельный с курами со сметаной 150 Ленивые голубцы формовые, 150/30 Соус томатный или Бигус с мясом 150 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30 <b>Полдник:</b> Яйцо 40 Хлеб пшеничный 15 Мармелад 15 печенье 13 Чай сладкий 150 <b>Ужин:</b> Жаркое с печенью 150 Чай с молоком 150 Хлеб пшеничный 20