

# МЕНЮ

## 3-7 лет ОСЕНЬ-ЗИМА

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫ Й 180	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ 160	КАША РИСОВАЯ С ИЗЮМОМ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМ И ИЗДЕЛИЯМИ	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ СО	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200	ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ 180
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 50	КАКАО С МОЛОКОМ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
<b>II Завтрак</b>									
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200	БАНАН 100	ГРУША 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН 100	СОК ВИШНЕВЫЙ 200	АПЕЛЬСИН 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ 200
<b>Обед</b>									
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ОВОЩНОЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 50	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ 50	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННО Й КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50
СУП КРЕСТЬЯНСКИ Й С КРУПОЙ 180	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ Й 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП ГОРОХОВЫЙ (МЯСНОЙ) С ГРЕНКАМИ 190	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ 70	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 70	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 70	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 70	КОТЛЕТА МЯСНЫЕ 70	МЯСО ТУШЕНОЕ 70	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫ Й РУБЛЕННЫЙ 70	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 70	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 70
РИС ОТВАРНОЙ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТА Я 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 130	КАРТОФЕЛЬНО Е ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 130	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 200	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
<b>Полдник</b>									
ПЕЧЕНЬЕ 50	СЛОЙКА "УРАЛЬСКАЯ" 60	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 50	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ 60	ВАФЛИ 50	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 50	ПЕЧЕНЬЕ 50	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ 60	ПРЯНИКИ 40	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 80
КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КЕФИР 200	ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 210	КЕФИР 200
<b>Ужин</b>									
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	ОВОЩИ ПОРЦИОННО 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ 50	ПОМИДОРЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО 50
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 70	БИТОЧКИ ИЗ КУР 70	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ (ИЗ ОТВАРНОЙ) 70	МАКАРОННИК С МЯСОМ 200	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 200	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 70	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ 230	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ 70
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ 130	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЯБЛОКАМИ 130	КОМПОТ ИЗ ГРУШ 180	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЬИ С СЫРОМ 130	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КОТЛЕТЫ КАПУСТНО-МОРКОВНЫЕ 130	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 130
ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ БРУСНИЧНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ ГРУШ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50			ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50

