

## Меню 10-ти дневное сад

1 День - Понедельник	2 День - Вторник	3 День - Среда	4 День - Четверг	5 День - Пятница
<p><b>Завтрак:</b> Макароны, запеченные с сыром 140/10 Чай с лимоном 180 Бутерброды с маслом и яйцом 40/ 8/20 <b>Завтрак 2:</b> фрукт 100 <b>Обед:</b> Салат из репчатого лука с зеленым горошком 60, огурец соленый 60, капуста квашенная 60 Свекольник с мясом со сметаной 200 Или (Уха из рыбы со сметанной 200) Печень говяжья по - строгоновски 70 Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 130 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Какао с молоком 180 Булочка веснушка 80 <b>Ужин:</b> Каша рисовая молочная 190 Молоко кипяченое 180 Хлеб пшеничный 30 Печенье 15</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша пшеничная молочная 190 Кофейный напиток с молоком 180 Бутерброды с сыром 40/ 5/15 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Икра овощная 60 Щи с мясом со сметаной 200 Котлета рыбная 70 Картофельное пюре 130 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Суфле творожное с повидлом 100/50 Чай сладкий 180 Хлеб пшеничный 15 <b>Ужин:</b> Плов с мясом 180 Чай с лимоном 180 Хлеб пшеничный 30 Яйцо 1/2</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша гречневая молочная 190 Какао с молоком 180 Бутерброды с маслом 40/ 8 <b>Завтрак 2</b> <b>фрукт 100</b> <b>Обед:</b> Салат «Зимний» (Крестьянский)60 Суп полевой с мясом со сметаной 200 или рассольник с мясом со сметаной 200 Котлета куриная 70 Капуста тушеная 130 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Омлет натуральный 150 Хлеб пшеничный 15 Молоко кипяченое 180 Печенье 15 <b>Ужин</b> Жаркое по домашнему с печенью или с мясом 180 Чай с лимоном 180 Хлеб пшеничный 30</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша манная молочная 190 Кофейный напиток с молоком 180 Бутерброды с маслом 40/ 8 <b>завтрак 2:</b> фрукт 100 <b>Обед:</b> Салат витаминный 60 или свекла долька 60 Суп картофельный кудрявый с курами со сметанной 200 Картофельное пюре 130 Гуляш из отварного мяса или печени 70 или Зразы мясные с луком и яйцом 70 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Запеканка из творога с соусом молочным сладкий 110/50 Чай с лимоном 180 Хлеб пшеничный 15 <b>Ужин:</b> Макароны, запеченные с сыром 116\14 Молоко кипяченое 180 Хлеб пшеничный 30 Печенье 15</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная 190 Какао с молоком 180, Бутерброды с маслом и яйцом 40/ 8/20 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Салат из свеклы 60 Щи с мясом со сметаной 200 Запеканка рисовая с мясом с соусом овощным 140\40 Или (котлета мясная с рисом отварным и соус овощной 70/110/40 Кисель из концентрата 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Пирог с яблоком 80 Снежок 180 <b>Ужин:</b> Каша гречневая молочная 190 Молоко кипяченая 180 Хлеб пшеничный 30 Вафля 20</p>
6 День - Понедельник	7 День - Вторник	8 День - Среда	9 День - Четверг	10 день - Пятница
<p><b>Завтрак:</b> Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным и сахаром 130/10 Чай с лимоном 180 Бутерброды с сыром 40/5/15 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Салат из репчатого лука 60, огурец соленый 60, капуста квашенная 60 Борщ с мясом со сметаной 200 Тефтели рыбные 70 Картофельное пюре 130 Компот их сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Ватрушка с повидлом 80 Кофе напиток с молоком 180 <b>Ужин:</b> Капуста тушеная с мясом 180 Чай сладкий 180 Хлеб пшеничный 30, Яйцо 1 шт</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная 190 Кофейный напиток с молоком 180 Бутерброды с маслом и яйцом 40/ 8/20 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> икра из свеклы с зеленым горошком 60 Суп картофельный с клецками с мясом со сметаной 200 Рагу овощное 130 Рулет мясной с луком и яйцом 70 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Сырники творожные с соусом из киселя 100/50 Хлеб пшеничный 15 Молоко кипяченое 180 <b>Ужин:</b> Каша манная молочная 190 Молоко кипяченое 180 Хлеб пшеничный 30 Вафли 20</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша «Дружба» 190 Какао с молоком 180 Бутерброды с сыром 40/5/15 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Винегрет 60 Суп картофельный с рыбой со сметанной 200 Суфле из печени 70 Макароны отварные с соус овощной 120\40 Фруктовый напиток из свежих фруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Омлет натуральный 150 Молоко кипяченое 180 Хлеб пшеничный 15 Вафля 20 <b>Ужин:</b> Рагу овощное с мясом или курицей 180 Хлеб пшеничный 30 Печенье 15 Чай с лимоном 180</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша рисовая молочная 190 Кофейный напиток с молоком 180 Бутерброды с маслом 40/8 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> Салат овощной зеленым горошком 60 или Салат из свеклы 60 Суп гороховый с курицей 200 Биточки куриные 70 Картофельное пюре 130 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник</b> Йогурт 180 Плюшка 80 <b>Ужин:</b> Рыба запеченная в омлете 150 Чай сладкий 180 Хлеб пшеничный 30</p>	<p><b>Завтрак:</b> Запеканка из творога с соус молочный сладкий 100/50 Какао с молоком 180 Бутерброды с маслом 40/8 <b>Завтрак 2:</b> Фрукт 100 <b>Обед:</b> салат «Зимний »крестьянский 60 Суп картофельный с курами со сметаной с гренками 200/10 Ленивые голубцы ( формовые) 140\40 Соус томатный или капуста тушеная с мясом 150 Бигус с мясом 180 Компот из сухофруктов 180 Хлеб ржаной 38/50 <b>Полдник:</b> Яйцо 40 Хлеб пшеничный 15 Мармелад 15 или печенье 30 Чай сладкий 180 <b>Ужин:</b> Каша «Дружба» 190 Молоко кипяченое 180 Хлеб пшеничный 30</p>

## Меню 10-ти дневное ясли

1 День - Понедельник	2 День - Вторник	3 День - Среда	4 День - Четверг	5 День - Пятница
<p><b>Завтрак:</b> Макароны запеченные с сыром 110/7 Чай с лимоном 150 Бутерброды с маслом и яйцом 30/6/ 20</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> Салат из репчатого лука с зеленым горошком 40, огурец соленый 40, капуста квашенная 40 Свеклольник с мясом со сметаной 150 или ( Уха из рыбы со сметанной 150) Печень говяжья по-строгановски 60 Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 110 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Какао с молоком 150 Булочка веснушка 70</p> <p><b>Ужин:</b> Каша рисовая молочная 150 Молоко кипяченое 150 Хлеб пшеничный 20 Печенье 15</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша пшеничная молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Бутерброды с сыром 30/5/8</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> Икра овощная 40 Щи с мясом со сметаной 150 Котлета рыбная 60 Картофельное пюре 110 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Суфле творожное с повидлом 80\50 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 10</p> <p><b>Ужин:</b> Плов с мясом 160 Чай с лимоном 150 Хлеб пшеничный 20 Яйцо 1/2</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша гречневая молочная 150 Какао с молоком 150 Бутерброды с маслом 30/6</p> <p><b>Завтрак 2:</b> фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> Салат «Зимний» (Крестьянский) 40 Суп полевой с мясом со сметаной 150 или рассольник мясом со сметаной 150 Котлета куриная 60 Капуста тушеная 100 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Омлет натуральный 130 Хлеб пшеничный 10 Молоко кипяченое 150 Печенье 15</p> <p><b>Ужин:</b> Жаркое по домашнему с печенью или с мясом 150 чай с лимоном 150 Хлеб пшеничный 20</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша манная молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Бутерброды с маслом 30/6</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> Салат витаминный 40 или свекла долька 40 Суп картофельный кудрявый с курами со сметаной 150 Картофельное пюре 110 Гуляш из отварного мяса или печени 60 или Зразы мясные с луком и яйцом 60 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Запеканка из творога с соусом молочным сладкий 80\50 Чай с лимоном 150 Хлеб пшеничный 10</p> <p><b>Ужин:</b> Макароны запеченные с сыром 100\13 Молоко кипяченое 150 Хлеб пшеничный 20 Печенье 15</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная 150 Какао с молоком 150 Бутерброды с маслом и яйцом 30/6/ 20</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> Салат из свеклы 40 Щи с мясом со сметаной 150 Запеканка рисовая с мясом и соус овощной 120\30 Или (котлета мясная с рисом отварным с соусом овощным ) 60/100/30 Кисель из концентрата 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Пирог с яблоком 70 Снежок 150</p> <p><b>Ужин:</b> Каша гречневая молочная 150 Молоко кипяченое 150 Хлеб пшеничный 20 Вафля 20</p>
6 День - Понедельник	7 День - Вторник	8 День - Среда	9 День - Четверг	10 день - Пятница
<p><b>Завтрак:</b> Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным с сахаром 120/10 Чай с лимоном 150 Бутерброды с сыром 30/5/8</p> <p><b>Завтрак 2:</b> фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> Салат из репчатого лука 40, огурец соленый 40, капуста квашенная 40 Борщ с мясом со сметаной 150 Тефтели рыбные 60 Картофельное пюре 110 Компот их сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Ватрушка с повидлом 70 Кофейный напиток с молоком 150</p> <p><b>Ужин:</b> Капуста тушеная с мясом 150 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 20 Яйцо 1 шт.</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Бутерброды с маслом и яйцом 30/6/ 20</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> икра из свеклы с зеленым горошком 40 Суп картофельный с клецками с мясом со сметаной 150 Рагу овощное 100 Рулет мясной с луком и яйцом 60 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Сырники творожные с соусом из киселя 80/50 Хлеб пшеничный 10, Молоко кипяченое 150</p> <p><b>Ужин:</b> Каша манная молочная 150 Молоко кипяченое 150 Хлеб пшеничный 20, Вафли 20</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша «Дружба» 150 Какао с молоком 150 Бутерброды с сыром 30/5/8</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> Винегрет 40 Суп картофельный рыбный со сметанной 150 Суфле из печени 60 Макароны отварные с соусом овощным 100\30 Фруктовый напиток из свежих фруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Омлет натуральный 130 Молоко кипяченое 150 Хлеб пшеничный 10 Вафли 20</p> <p><b>Ужин:</b> Рагу овощное с мясом или курицей 150 Хлеб пшеничный 20 Печенье 15 Чай с лимоном 150</p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша рисовая молочная 150 Кофейный напиток с молоком 150 Бутерброды с маслом 30/6</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> Салат овощной с зеленым горошком 40 или Салат из свеклы 40 Суп гороховый с мясом 150 Биточки куриные 60 Картофельное пюре 110/30/10 Компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Йогурт 150 Плюшка 70</p> <p><b>Ужин:</b> Рыба запеченная в омлете 130 Чай сладкий 150 Хлеб пшеничный 20</p>	<p><b>Завтрак:</b> Запеканка из творога с соусом молочным сладкий 80/50 Какао с молоком 150 Бутерброды с маслом 30/6</p> <p><b>Завтрак 2:</b> Фрукт 95</p> <p><b>Обед:</b> салат «зимний» крестьянский 40 Суп картофельный с курами со сметаной с гречками 200/10 Ленивые голубцы формовые, 120\30 Соус томатный или капуста тушеная с мясом 130 Бигус с мясом 160 компот из сухофруктов 150 Хлеб ржаной 30/40</p> <p><b>Полдник:</b> Яйцо 40 Хлеб пшеничный 15 Мармелад 15 или печенье 15 Чай сладкий 150</p> <p><b>Ужин:</b> Каша «Дружба» 150 молоко кипяченое 150 Хлеб пшеничный 20</p>

