|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Меню от 3 до 7 лет 2024** | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **1 день понедельник** | | **2 день вторник** | | **3 день среда** | | **4 день четверг** | | **5 день пятница** | |
| **1 неделя** | **Завтрак** | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 200 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | Каша жидкая (геркулесовая с сахаром) | 200 | Омлет натуральный | 80 | Каша молочная манная | 200 |
| Чай с молоком (1-й вариант) | 165 | Чай с сахаром | 150 | Чай с молоком | 200 | Какао с молоком | 150 | Чай с молоком (1-й вариант) | 200 |
| Бутерброд с сыром. | 42 | Бутерброд с маслом | 35 | Бутерброд с маслом | 35 | Бутерброд с сыром. | 42 | Бутерброд с маслом | 35 |
|  | | | | | | | | | |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Завтрак -2** | | | | | | | | | | | Фрукты или ягоды свежие по сезону | 100 | Сок фруктовый | 180 | Фрукты или ягоды свежие по сезону | 100 | Кондитерское изделие | 30 | Фрукты или ягоды свежие по сезону | 100 | | | | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| Суп харчо (2) | 200 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | Суп гороховый | 200 | Суп на курином бульоне с вермишелью | 200 | Суп-хинкал на костном бульоне | 180 |
| Котлеты из говядины. | 70 | Сметана | 5 | Голубцы с мясом говядины и рисом | 150 | Плов из курицы | 180 | Гуляш из рубленного мяса | 70 |
| Пюре картофельное (2) | 150 | Гуляш из рубленного мяса | 80 | Хлеб пшеничный | 30 | Хлеб пшеничный. | 30 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | Каша перловая рассыпчатая | 130 | Хлеб ржаной. | 38 | Хлеб ржаной | 38 | Хлеб пшеничный. | 30 |
| Хлеб ржаной | 38 | Салат из моркови (2) | 50 | Винегрет овощной (2) | 50 | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом | 50 | Хлеб ржаной | 38 |
| Салат из отварной свеклы | 50 | Компот из плодов свежих | 180 | Компот из смеси сухофруктов (2) | 150 | Компот из плодов свежих | 150 | Салат из отварной свеклы | 50 |
| Компот из смеси сухофруктов (2) | 150 | Хлеб пшеничный. | 30 |  |  |  |  | Чай с сахаром. | 150 |
|  |  | Хлеб ржаной. | 38 |  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| Йогурт фруктовый | 150 | Чай с молоком | 200 | Каша рисовая молочная | 200 | Макаронные изделия отварные | 130 | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 |
| Булочка домашняя со сгущеным молоком | 50 | Ватрушка с творогом | 80 | Чай с молоком (1-й вариант) | 150 | Котлета рыбная "Любительская" | 60 | Какао с молоком. | 150 |
| Какао с молоком | 150 | Соль | 4 | Яйцо отварное | 40 | Чай с сахаром.. | 150 | Печенье "творожное" | 100 |
| Соль | 4 |  |  | Хлеб пшеничный | 20 | Соус томатный с овощами | 20 | Соль | 4 |
|  |  |  |  | Соль | 4 | Соль | 4 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **6 день понедельник** | | **7 день вторник** | | **8 день среда** | | **9 день четверг** | | **10 день пятница** | |
| **2 неделя** | **Завтрак** | | | | | | | | | |
| Каша молочная пшенная | 200 | Суп молочный рисовый. | 200 | Омлет натуральный | 80 | Каша молочная пшеничная | 200 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 |
| Молоко | 150 | Какао с молоком. | 150 | Какао с молоком | 150 | Чай с молоком (1-й вариант) | 200 | Чай с сахаром. | 200 |
| Бутерброд с сыром. | 42 | Бутерброд с маслом | 35 | Хлеб пшеничный | 30 | Бутерброд с сыром. | 42 | Бутерброд с маслом | 35 |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Завтрак -2** | | | | | | | | | | | Фрукты или ягоды свежие по сезону | 100 | Фрукты или ягоды свежие по сезону | 100 | Фрукты или ягоды свежие по сезону | 100 | Фрукты или ягоды свежие по сезону | 100 | Кондитерское изделие | 30 |   **Обед** | | | | | | | | | |
| Суп-рассольник "Ленинградский" | 200 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | Суп-лапша домашняя. | 200 | Суп чечевичный | 200 | Суп гороховый | 200 |
| Котлеты из говядины. | 70 | Гуляш из рубленного мяса | 70 | Птица,тушенная в соусе с овощами в сметанном соусе | 180 | Котлета рыбная "Любительская" | 80 | Котлеты из говядины | 80 |
| Пюре картофельное | 150 | Макаронные изделия отварные с маслом | 100 | Хлеб пшеничный. | 30 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | Пюре картофельное | 150 |
| Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 50 | Сметана | 5 | Хлеб ржаной. | 38 | Хлеб пшеничный. | 30 | Хлеб пшеничный. | 30 |
| Хлеб пшеничный | 30 | Салат из моркови (2) | 60 | Салат из свеклы | 50 | Хлеб ржаной. | 38 | Хлеб ржаной. | 38 |
| Хлеб ржаной. | 38 | Компот из смеси сухофруктов. | 150 | Компот из плодов свежих | 150 | Винегрет овощной (2) | 50 | Салат из моркови | 50 |
| Соус сметанный. | 30 | Хлеб пшеничный. | 20 |  |  | Соус томатный с овощами | 30 | Компот из плодов свежих | 150 |
| Компот из плодов свежих | 180 | Хлеб ржаной. | 30 |  |  | Компот из смеси сухофруктов. | 150 |  |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| Ватрушка "Лакомка" | 80 | Хлеб пшеничный. | 20 | Пирожки с картофелем | 80 | Суп молочный рисовый. | 150 | Печенье "творожное" | 100 |
| Винегрет овощной | 60 | Чай с сахаром. | 150 | Чай с сахаром.. | 200 | Какао с молоком. | 150 | Какао с молоком | 150 |
| Чай с сахаром. | 200 | Каша овсяная на молоке | 150 | Салат из моркови | 60 | Хлеб пшеничный | 20 | Творожок детский | 100 |
| Соль | 4 | Яйцо отварное | 40 | Соль | 4 | Яйцо отварное | 40 | Соль | 4 |
|  |  | Соль | 4 |  |  | Соль | 4 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |