

Примерное 10-ти дневное меню на зимне-весенний период (10,5 ч.) структурного подразделения детского сада "Пчёлка" с. Геройское

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
Каша молочная манная 200	Суп молочный пшённый 200	Каша молочная овсяная 200	Суп молочный с макаронными изделиями 200	Каша молочная гречневая 200	Суп молочный рисовый 200	Каша молочная манная 200	Каша молочная гречневая 200	Суп молочный с макаронными изделиями 200	Каша молочная овсяная 200
Бутерброд с маслом 30/5	Бутерброд с сыром 30/20	Бутерброд с повидлом 30/20	Бутерброд с маслом 30/5	Бутерброд с повидлом 30/20	Бутерброд с сыром 30/20	Бутерброд с маслом 30/5	Бутерброд с повидлом 30/20	Бутерброд с сыром 30/20	Бутерброд с повидлом 30/20
Чай с лимоном 180/10/5	Кофейный напиток 180	Какао 180	Чай с лимоном 180/10/5	Какао 180	Чай с лимоном 180/10/5	Какао 180	Кофейный напиток 180	Чай с лимоном 180/10/5	Кофейный напиток 180
<b>2-й завтрак</b>									
Сок 100	Яблоки 100	Сок 100	Яблоки 100	Яблоки 100	Сок 100	Яблоки 100	Сок 100	Яблоки 100	Яблоки 100
Печенье 40		Печенье 40			Печенье 40		Печенье 40		
<b>Обед</b>									
Соленый огурец 30	Салат из белокочанной капусты 50	Икра кабачковая 30	Салат из свеклы с зеленым горошком 50	Салат из соленого огурца с луком 50	Салат из белокочанной капусты 50	Салат из свеклы с зеленым горошком 50	Салат из отварной свеклы 50	Салат из белокочанной капусты 50	Салат из соленого огурца с луком 50
Суп картофельный с фасолью 250	Суп с рыбными консервами 250	Суп картофельный с макаронными изделиями 250	Борщ с картофелем и капустой 250	Суп картофельный с бобовыми (гороховый) 250	Борщ с фасолью 250	Суп картофельный с фрикадельками 250	Картофельный с крупами (рис) 250	Картофельный с бобовыми (гороховый) 250	Суп картофельный с макаронными изделиями 250
Пюре картофельное 150	Макаронные отварные 150/5	Запеканка из печени с рисом 100/2	Рис отварной 150/5	Плов из птицы 210	Каша гречневая 155	Кана Артек 150/5	Каша пшенная 155	Жаркое по-домашнему 220	Плов из птицы 210
Быточки рубленные из птицы 80	Гуляш из отварного мяса 160	Каша гречневая 155	Тефтели рыбная 70		Котлета из птицы 50	Рыба тушеная с овощами 70	Тефтели из говядины 50		
Компот из яблок 180	Кисель из сока 180	Компот из яблок 180	Компот из яблок 180	Компот из яблок 180	Компот из яблок 180	Компот из ягод 180	Кисель из сока 180	Компот из яблок 180	Компот из ягод 180
Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35	Хлеб пшеничный 35
Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30
<b>Полдник</b>									
Пирожок с повидлом 100	Омлет натуральный 80	Запеканка творожная со сметаной 60/20	Макаронные с сыром 200	Пирожок с творогом 100	Крендель сахарный 100	Омлет натуральный 80	Макаронные с сыром 200	Запеканка творожная со сметаной 60/20	Вагрушка с творогом 100
Кефир 180	Чай с лимоном 180/10/5	Чай с лимоном 180/10/5	Чай с лимоном 180/10/5	Чай с лимоном 180/10/5	Кисломолочный напиток 180	Чай с лимоном 180/10/5	Чай с лимоном 180/10/5	Чай с лимоном 180/10/5	Чай с лимоном 180/10/5
	Хлеб пшеничный 30					Хлеб пшеничный 30			