

Примерное 10-ти дневное меню д/с №335 осень - зима сад 2024-2025

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<p>завтрак</p> <p>каша манная жидкая на сущ. молоке Бутерброд с маслом 38 чай с лимоном</p> <p>2 завтрак</p> <p>сок фруктовый 100</p> <p>обед</p> <p>Бульон с гречками 200 суфле из курицы 75 каша гречневая рассыпчатая 150 соус томатный с овощами 30 греники пшеничные хлеб ржаной 40</p> <p>кисель из концентрата</p> <p>полдник</p> <p>шницель рыбный натуральный 80 картофельное пюре 150 кофейный напиток с молоком 200 хлеб пшеничный 20</p> <p>ужин</p> <p>чай с сахаром 150 Бутерброд с повидлом 15</p> <p>6 день</p> <p>завтрак</p> <p>яйцо отварное 40 бутерброд с маслом 38 чай с сахаром 200 хлеб пшеничный 20 икра кабачковая 60</p> <p>2 завтрак</p> <p>сок фруктовый 100</p> <p>обед</p> <p>расолы Ленинградский 200 Плов из птицы 210</p> <p>компот из свежих плодов 200 хлеб ржаной 40 хлеб пшеничный</p> <p>полдник</p> <p>суп молочный с крупной кукурузной 200 булочка "ванильная" 60 кофейный напиток с молоком</p> <p>ужин</p> <p>чай с сахаром хлеб пшеничный 20</p>	<p>завтрак</p> <p>каша пшеничная жидкая 200 бутерброд с сыром 50 чай с сахаром 200</p> <p>2 завтрак</p> <p>100</p> <p>обед</p> <p>борщ вегетарианский 200 жаркое по-домашнему 200 напиток из плодов шиповника 180 хлеб пшеничный 20 хлеб ржаной 40</p> <p>полдник</p> <p>сырники с морковью 100 сметана 20 какао с молоком 200 хлеб пшеничный 20</p> <p>ужин</p> <p>чай с сахаром хлеб пшеничный 20</p> <p>7 день</p> <p>завтрак</p> <p>каша пшеничная вязкая 200 бутерброд с сыром 50 чай с молоком 200</p> <p>2 завтрак</p> <p>сок фруктовый 100</p> <p>обед</p> <p>борщ с фасолью 200 со сметаной ленивые голубцы в томатно-сметанном соусе 190 напиток из плодов шиповника 180 хлеб ржаной 40 хлеб пшеничный 20</p> <p>полдник</p> <p>ленивые вареники 100 сметана 20 кефир 200 хлеб пшеничный 20</p> <p>ужин</p> <p>чай с сахаром 150 бутерброд с повидлом 15</p>	<p>завтрак</p> <p>каша овсяная Геркулес вязкая 200 бутерброд с маслом 38 какао с молоком 180</p> <p>2 завтрак</p> <p>фрукты свежие 100</p> <p>обед</p> <p>суп картофельный с бобовыми 200 котлета рубленая 70 капуста тушеная 150 компот из свежих фруктов хлеб ржаной 40</p> <p>полдник</p> <p>омлет натуральный 100 икра кабачковая 60 чай с молоком хлеб пшеничный 20</p> <p>ужин</p> <p>чай с сахаром 150 бутерброд с повидлом 15</p> <p>8 день</p> <p>завтрак</p> <p>каша манная жидкая 200 молоко кипяченое 200 бутерброд с маслом 38</p> <p>2 завтрак</p> <p>фрукты свежие 100</p> <p>обед</p> <p>суп с горохом шницель рубленый 70 каша гречневая рассыпчатая 150 соус томатный 30 хлеб ржаной 40</p> <p>компот из свежих плодов</p> <p>полдник</p> <p>рыба тушеная с овощами 100 пюре картофельное 150 чай с лимоном 200 хлеб пшеничный 20</p> <p>ужин</p> <p>молоко кипяченое 200 хлеб пшеничный 20</p>	<p>завтрак</p> <p>макарони с сыром 150 бутерброд с маслом 38 кофейный напиток с молоком 200</p> <p>2 завтрак</p> <p>сок фруктовый 100</p> <p>обед</p> <p>суп картофельный с клецками 200 биточки рубленые 70 Рагу овощное в томатном соусе 150 компот из сухофруктов 200 хлеб ржаной 40</p> <p>полдник</p> <p>суп молочный с вермишелью 200 чай с лимоном 200 хлеб пшеничный 20</p> <p>ужин</p> <p>молоко кипяченое 200 хлеб пшеничный 20</p> <p>9 день</p> <p>завтрак</p> <p>каша овсяная Геркулес жидкая 200 бутерброд с сыром 50 чай с сахаром 200</p> <p>2 завтрак</p> <p>сок фруктовый 100</p> <p>обед</p> <p>борщ со свежей капустой и картоф. 200 котлеты рубленые 70 Картофель отварной 150 компот из сухофруктов 180 хлеб ржаной 40 хлеб пшеничный 20</p> <p>полдник</p> <p>запеканка творожная 120 стуженное молоко 10 кисель молочный 200 хлеб пшеничный 20</p> <p>ужин</p> <p>чай с сахаром 150 бутерброд с повидлом 15</p>	<p>завтрак</p> <p>Каша кукурузная молочная 200 Бутерброд с маслом 38 молоко кипяченое 200</p> <p>2 завтрак</p> <p>сок фруктовый 100</p> <p>обед</p> <p>борщ со свежей капустой и картоф. 200 кнели куриные с рисом 80 картофельное пюре 150 компот из свежих фруктов 180 хлеб ржаной 40 хлеб пшеничный 20</p> <p>полдник</p> <p>оладьи 150 повидло 15 кефир 200</p> <p>ужин</p> <p>чай с сахаром 150 хлеб пшеничный 20</p> <p>10 день</p> <p>завтрак</p> <p>Каша рисовая жидкая 200 Бутерброд с маслом 38 какао с молоком 200</p> <p>2 завтрак</p> <p>сок фруктовый 100</p> <p>обед</p> <p>суп картофельный с макаронными 200 котлета рубленая из птицы 80 свекла тушеная в сметане 150 хлеб ржаной 40 кисель из повидла 200</p> <p>полдник</p> <p>омлет 100 горошек консервированный 40 кофейный напиток 200 хлеб пшеничный 20 печенье 20</p> <p>ужин</p> <p>чай с сахаром 150 хлеб пшеничный 20</p>