

Примерное 10-ти дневное меню д/с №35 весна-лето сад 2024

| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день |
|---|---|---|--|---|
| завтрак каша манная жидкая на сущ. молоке бутерброд с маслом 38 чай с лимоном | завтрак каша пшеничная жидкая 200 бутерброд с сыром 50 чай с сахаром 200 | завтрак каша овсяная Геркулес вязкая 200 бутерброд с маслом 38 какао с молоком 180 | завтрак суп молочный с вермшелью 200 бутерброд с сыром 50 кофейный напиток с молоком 200 | завтрак Каша кукурузная молочная 200 бутерброд с маслом 38 молоко кипяченое 200 |
| 2 завтрак сок фруктовый 100 | 2 завтрак 100 | 2 завтрак фрукты свежие 100 | 2 завтрак сок фруктовый 100 | 2 завтрак сок фруктовый 100 |
| обед Бульон с гречками 200 суфле из курицы 75 каша гречневая рассычатая 150 соус томатный с овощами 30 гречки пшеничные хлеб ржаной 40 кисель из концентрата | обед борщ вегетарианский 200 жаркое по-домашнему 200 овощи свежие 25 Компот из свежих плодов 200 хлеб пшеничный 20 хлеб ржаной 40 | обед суп картофельный с бобовыми 200 котлета рубленая 70 капуста тушеная 150 компот из свежих фруктов хлеб ржаной 40 | обед суп картофельный с клецками 200 биточки рубленые 70 Рагу овощное в томатном соусе 150 компот из сухофруктов 200 хлеб ржаной 40 | обед борщ со свежей капустой и картоф 200 кнели куриные с рисом 80 Макароны отварные 150 компот из свежих фруктов 180 хлеб ржаной 40 хлеб пшеничный 20 овощи свежие 25 |
| полдник шницель рыбный натуральный 80 картофельное пюре 150 кофейный напиток с молоком 200 хлеб пшеничный 20 | полдник сырники с морковью 100 сметана 20 какао с молоком 200 хлеб пшеничный 20 | полдник омлет натуральный 100 икра кабачковая 60 чай с молоком хлеб пшеничный 20 | полдник котлеты рыбные запеченные 70 картофель отварной с маслом 135 чай с лимоном 200 хлеб пшеничный 30 | полдник оладьи 150 повидло 15 кефир 200 |
| ужин чай с сахаром 150 Бутерброд с повидлом 15 | ужин кефир 150 хлеб пшеничный 20 | ужин молоко кипяченое 200 бутерброд с повидлом 15 | ужин молоко кипяченое 200 хлеб пшеничный 20 | ужин чай с сахаром 150 хлеб пшеничный 20 |
| 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
| завтрак яйцо отварное 40 бутерброд с маслом 38 чай с сахаром 200 хлеб пшеничный 20 икра кабачковая 60 | завтрак каша пшеничная вязкая 200 бутерброд с сыром 50 чай с молоком 200 | завтрак каша манная жидкая 200 молоко кипяченое 200 бутерброд с маслом 38 | завтрак каша овсяная Геркулес жидкая 200 бутерброд с сыром 50 чай с сахаром 200 | завтрак Каша рисовая жидкая 200 бутерброд с маслом 38 какао с молоком 200 |
| 2 завтрак сок фруктовый 100 | 2 завтрак сок фруктовый 100 | 2 завтрак фрукты свежие 100 | 2 завтрак сок фруктовый 100 | 2 завтрак сок фруктовый 100 |
| обед расольник Ленинградский 200 картофельная запеканка с печеню150 соус сметанный 30 компот из свежих плодов 200 хлеб ржаной 40 хлеб пшеничный овощи свежие 25 | обед борщ с фасолью 200 со сметаной ленивые голубцы в томатно-сметанном соусе 190 компот из свежих плодов 180 хлеб ржаной 40 хлеб пшеничный 20 | обед суп с горохом шницель рубленый 70 каша гречневая рассычатая 150 соус томатный 30 хлеб ржаной 40 овощи свежие 25 компот из сухофруктов | обед борщ со свежей капустой и картоф 200 котлеты рубленые 70 пюре гороховое компот из свежих фруктов 180 хлеб ржаной 40 хлеб пшеничный 20 | обед суп картофельный с макаронными 200 котлета рубленая из птицы 80 свекла тушеная в сметане 150 хлеб ржаной 40 кисель из повидла 200 |
| полдник суп молочный с крупой кукурузной 200 булочка "ванильная" 60 кофейный напиток с молоком | полдник ленивые вареники 100 сметана 20 кефир 200 хлеб пшеничный 20 | полдник рыба тушеная с овощами 100 пюре картофельное 150 чай с лимоном 200 хлеб пшеничный 20 | полдник запеканка творожная 120 сгущенное молоко 10 кисель молочный 200 хлеб пшеничный 20 | полдник омлет 100 горошек консервированный 40 кофейный напиток 200 хлеб пшеничный 20 печенье 20 |
| ужин молоко кипяченое 200 хлеб пшеничный 20 | ужин чай с сахаром 150 бутерброд с повидлом 15 | ужин молоко кипяченое 200 хлеб пшеничный 20 | ужин чай с сахаром 150 бутерброд с повидлом 15 | ужин чай с сахаром 150 хлеб пшеничный 20 |