

ЗОЛОТАЯ РЫБКА Примерное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет,

с 12 - ти часовым пребыванием в дошкольных учреждениях

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША КУКУРУЗНАЯ вязкая-200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 180	Каша гречневая вязкая-155	КАША МАННАЯ жидкая 170	КАША ЯЧНЕВАЯ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 200	КАША манная- 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ вязкая-180	МОЛОЧНЫЙ СУП С МАК.ИЗДЕЛ- 200
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 35	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/7/3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК-170	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/10/7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7/3
II Завтрак									
ПЕЧЕНЬЕ 15	ЯБЛОКО 100	ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 30	ВАФЛИ 15	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ПЕЧЕНЬЕ 20	ВАФЛИ-20
НАПИТОК «ВКУСНО СОК»- 70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»- 70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»- 70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»- 70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»- 70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»-70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»-70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»- 70	НАПИТОК «ВКУСНО СОК»-70
Обед									
Салат из белокачанной капусты и зел.горошка-60	САЛАТ "из капусты с консервирован ной кукурузы- 60		Салат «степной» из разных овощей-60	Салат из картофеля с зеленым горошком-60	САЛАТ из капусты и моркови-60		САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ КОНСЕРВИРОВА нной со	САЛАТ из капусты и моркови-60	САЛАТ "из свеклы с огурцами солеными-60
Суп из красной фасоли-180	СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ- 200	Борщ мелкошенокв анный-200	Суп из красной фасоли-200	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ 200	СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ- 200	БОРЩ МЕЛКОШЕНКОВАН НЫЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАК.ИЗДЕЛИЯМИ -200	Суп из красной фасоли-200	СУП ЧЕЧЕВИЧНЫЙ- 200
Макароны отварные-150	Каша гречневая рассыпчатая-150	Мясо тушенное-70	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ-150	Каша перловая рассыпчатая- 150	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ-75	Каша гречневая рассыпчатая-130	Рагу из птицы- 175	Макароны отварные-150	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ-150

МЯСО ТУШЕНОЕ 50	Рагу из птицы-50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150		Котлеты рыбные-50	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ-150	Мясо тушенное- 50	КАША пшенная рассыпчатая-150	Котлеты биточки ШНИЦЕЛИ-60	
НАПИТОК «ВКУСНО СОК»- 150	Кисель-200	ВКУСНО СОК- 200	Кисель-200	ВКУСНО СОК-200	Кисель-200	ВКУСНО СОК-200	Кисель-200	ВКУСНО СОК-200	Кисель-200
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ 30
Уплотненный полдник									
КАША ЯЧНЕВАЯ 205	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМ И ИЗДЕЛИЯМИ	КАША ВЯЗКАЯ пшеничная 200	КАША пшеничная 200	КУКУРУЗНАЯ КАША-200	КУКУРУЗНАЯ КАША-200	КАША ВЯЗКАЯ пшеничная 200	КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ-200	КАША КУКУРУЗНАЯ-200	КАША МАННАЯ жидкая 200
КИСЕЛЬ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	ЧАЙ С САХАРОМ-200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200
ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 30	Блинчики-100	Булочка-100	Яблоко-100	ВАФЛИ 30	Яблоко-100	Пирожки с картошкой-100	Булочка-100	ПЕЧЕНЬЕ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА 2 СОРТ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА-45	ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА СШ,СОРТ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧН, ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧН, ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ 45	ХЛЕБ ПШЕНИЧН, ФОРМОВОЙ МУКА-45