

<u>День 1</u>			<u>День 2</u>		<u>День 3</u>		<u>День 4</u>		<u>День 5</u>	
Прим пищи	Наименование блюда	Выход ясли/ сад	Наименование блюда	Выход ясли/ сад	Наименование блюда	Выход ясли/ сад	Наименование блюда	Выход ясли/ сад	Наименование блюда	Выход ясли/ сад
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150/200	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	150/200	Каша гречневая молочная жидкая	150/200	Суп молочный манный	150/200	Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба»	150/200
	Кофейный напиток на молоке	180/200		180/200		180/200		180/200		180/200
	Печенье сахарное	20/60	Какао с молоком	180/200	Чай с лимоном	180/200	Чай с молоком	180/200	Кофейный напиток на молоке	180/200
			Бутерброд с сыром	35/50	Бутерброд с маслом	30/30	Бутерброд с сыром	35/50	Бутерброд с маслом	30/30
	Итого:	350/460	Итого:	365/450	Итого:	360/430	Итого:	365/450	Итого:	360/430
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150/200	Кисломолочный напиток с сахаром	150/200	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150/200	Фрукт	150/200	Кисломолочный напиток с сахаром	150/200
	Итого:	150/200	Итого:	150/200	Итого:	150/200	Итого:	150/200	Итого:	150/200
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150/200	Суп крестьянский со сметаной	150/200	Борщ с капустой и картофелем	150/200	Суп с рыбными консервами	150/200	Суп овощной на курином бульоне	150/200
	Салат из свеклы	40/60	Салат из картофеля с солеными огурцами	40/60	Салат из моркови с растительным маслом	40/60	Салат из капусты и моркови с раст. маслом	40/60	Салат из соленых огурцов с луком	40/60
	Жаркое подомашнему	180/230	Голубцы ленивые с отварным мясом	180/230	Плов из птицы	180/220	Свекла тушеная	70/130	Пюре картофельное	120/140
	Компот из сушеных фруктов	150/200	Компот из свежих плодов	150/200	Кисель	150/200	Тeftтели мяско-крупяные	110/80	Шницель рыбный натуральный	70/80
	Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб пшеничный	20/30	Соус сметанный	40/40	Компот из кураги	150/200
	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Компот из сушеных фруктов	150/200	Хлеб пшеничный	20/30
							Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
	Итого:	580/770	Итого:	580/770	Итого:	580/760	Итого:	600/790	Итого:	590/800
Ужин	Запеканка из творога с морковью	160/200	Пюре картофельное с морковью	120/170	Рагу овощное	160/180	Салат из моркови	40/60	Омлет натуральный	140/180
	Кисель из повидла (соус)	40/50	Пудинг рыбный запеченный	60/80	Яйца вареные	20/0	Сырники из творога	120/140	Салат из горошка зеленого консервированного	40/60
	Чай с лимоном	180/200	Соус томатный с овощами	40/50	Кофейный напиток на молоке	180/200	Молоко сгущенное	40/50	Хлеб пшеничный	20/30
	Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб пшеничный	20/30	Чай с сахаром	180/200
							Кисель из сока натурального	180/200	Фрукт	100/120
						Вафли	20/60			
	Итого:	400/480	Итого:	500/600	Итого:	460/580	Итого:	420/540	Итого:	480/590

<u>День 6</u>			<u>День 7</u>		<u>День 8</u>		<u>День 9</u>		<u>День 10</u>	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
Завтрак	Макароны отварные с сыром	150/200	Каша рисовая молочная жидкая	150/200	Каша пшеничная молочная жидкая	150/200	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	150/200	Каша гречневая молочная жидкая	150/200
	Какао с молоком	180/200	Кофейный напиток на молоке	180/200	Чай с сахаром	180/200	Чай с молоком	180/200	Кофейный напиток на молоке	180/200
	Печенье сахарное	20/60	Бутерброд с маслом	30/30	Бутерброд с сыром	35/50	Бутерброд с маслом	30/30	Бутерброд с маслом	30/30
	Итого:	350/460	Итого:	360/430	Итого:	365/450	Итого:	360/430	Итого:	360/430
2-й завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150/200	Кисломолочный напиток с сахаром	150/200	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150/200	Фрукт	150/200	Кисломолочный напиток с сахаром	150/200
	Итого:	150/200	Итого:	150/200	Итого:	150/200	Итого:	150/200	Итого:	150/200
Обед	Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный)	150/200	Борщ с картофелем	150/200	Щи из свежей капусты с картофелем	150/200	Суп с рыбными консервами	150/200	Суп картофельный с бобовыми	150/200
	Салат из свеклы с зеленым горошком	40/60	Огурец свежий/соленый порционно	40/60	Салат из моркови с растительным маслом	40/60	Салат из картофеля с зеленым горошком	40/60	Салат из капусты и моркови с раст. маслом	40/60
	Пюре картофельное	120/150	Каша гречневая рассыпчатая	90/120	Запеканка картофельная с отварным мясом	180/230	Капуста тушеная	120/160	Рис отварной с овощами	120/150
	Бефстроганов из отварного мяса	60/80	Гуляш из отварного мяса	90/110	Соус сметанный	40/50	Фрикадельки из птицы	60/80	Шницель рыбный натуральный	70/80
	Компот из сушеных фруктов	150/200	Компот из изюма	150/200	Кисель	150/200	Соус сметанный	40/50	Компот из свежемороженых ягод	150/200
	Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб пшеничный	20/30	Компот из сушеных фруктов	150/200	Хлеб пшеничный	20/30
	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб ржаной	40/50
	Итого:	580/770	Итого:	620/810	Итого:	620/760	Итого:	620/780	Итого:	590/770
Ужин	Салат из моркови	40/60	Пюре картофельное с морковью	120/180	Винегрет с растительным маслом	180/200	Салат из моркови	40/60	Оладьи	150/200
	Запеканка творожная	120/180	Сельдь с луком и растительным маслом	60/80	Хлеб пшеничный	20/30	Лапшевник с творогом	120/180	Молоко сгущенное	40/50
	Кисель из повидла (соус)	40/50	Хлеб пшеничный	20/30	Чай с лимоном	180/200	Соус молочный (сладкий)	40/50	Чай с сахаром	180/200
	Чай с молоком	180/200	Чай с сахаром	180/200	Булочка сдобная	80/100	Хлеб пшеничный	20/30	Фрукт	80/100
	Хлеб пшеничный	20/30	Фрукт	80/150			Кисель из сока натурального	180/200		
						Вафли	20/60			

	Итого:	400/520	Итого:	460/640	Итого:	460/530	Итого:	420/520	Итого:	450/600
--	---------------	----------------	---------------	----------------	---------------	----------------	---------------	----------------	---------------	----------------