

Десятидневное меню на летне-осенний период (с 3-7)

	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	
Завтрак	Напиток витаминизированный (кисель) Суп молочный с крупой	Напиток витаминизированный (кисель) Яйцо отварное 1/2 шт. Макаронные изд. отварные с сыром	Напиток витаминизированный (кисель) Бутерброд с сыром и маслом Суп молочный с макаронными изделиями	Напиток витаминизированный (кисель) Бутерброд с маслом Каша из хлопьев овсяных «геркулес»	Напиток витаминизированный (кисель) Каша «Дружба» Яйцо отварное	Напиток витаминизированный (кисель) Омлет натуральный Огурец свеж.	Напиток витаминизированный (кисель) Бутерброд с сыром и маслом Каша пшеничная вязкая	Напиток витаминизированный (кисель) Суп молочный макаронными изделиями Яйцо отварное	Напиток витаминизированный (кисель) Суп молочный макаронными изделиями Яйцо отварное	Напиток витаминизированный (кисель) Бутерброд с маслом Каша пшеничная вязкая	Напиток витаминизированный (кисель) Суп молочный макаронными изделиями Яйцо отварное
10 часов	Чай с сахаром	Какао на молоке	Чай с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Чай с молоком	Чай с лимоном	Чай с молоком	Каша рисовая вязкая	Какао с молоком	
Обед	Хлеб пшеничный Кондитерское изд. пряник Сок фрукт. ягод.	Хлеб пшеничный Кефир	Хлеб пшеничный Сок яблочный	Хлеб пшеничный Яблоко	Хлеб пшеничный Кондитерское изд. печенье Ряженка	Хлеб пшеничный Кондитерское изд. пряник Сок фрукт. ягод.	Хлеб пшеничный Банан	Хлеб пшеничный Кондитерское изд. пряник Молоко кипяченое	Хлеб пшеничный Яблоко	Хлеб пшеничный Сок яблочный	
	Овощи натуральные свежие (огурец)	Овощи натуральные свежие (помидор)	Овощи натуральные свежие (огурец)	Овощи натуральные свежие (помидор)	Икра морковная	Овощи натуральные свежие (огурец)	Овощи натуральные свежие (огурец)	Икра свекольная	Зеленый горошек	Овощи натуральные свежие (помидор)	
	Борщ с капустой и картофелем	Суп картофельный с клецками на м/б	Суп из овощей с фасолью	Суп картофельный с макаронами	Суп картофельный с бобовыми	Суп картофельный со сметаной	Рассольник со сметаной	Суп крестьянский с крупой	Рассольник со сметаной	Щи из свежей капусты с картофелем	
	Мясо отварное	Биточки рыбные	Плов из отварной птицы	Бифтек рубленый паровой	Картофельная запеканка с мясом	Тефтели из говядины паровые	Рыба, тушенная в сметанном соусе	Плов из отварной говядины	Фрикадельки рыбные	Бефстроганов из отварной говядины	
	Пюре картофельное	Капуста тушенная	Картофель отварной	Картофель отварной	Сложный гарнир	Пюре картофельное	Пюре картофельное	Картофель отварной	Картофель отварной	Каша гречневая рассыпчатая	
	Компот из яблок	Кисель из сока	Компот из смеси сухофруктов	Кисель из сока	Компот из смеси сухофруктов	Компот из свежих плодов	Компот из смеси сухофруктов	Сок фрукт. ягод.	Кисель из яблок	Компот из смеси сухофруктов	
	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	
полдник	Помидор свеж.	Запеканка из творога Соус молочный сладкий	Овощи натуральные свежие (помидор) Рыба отварная	Пудинг из творога с рисом Соус молочный сладкий	Булочка домашняя	Запеканка из творога Соус молочный сладкий	Овощи в молочном соусе	Сырники, запеченные Соус молочный сладкий	Рататуй овощные	Сдоба обыкновенная	
	Оладьи из пшеничной муки	Макаронные отварные	Пюре картофельное	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Печень по-строгановски в смет. соусе	1/2 яйцо вареное	Чай с сахаром	
	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Йогурт	Молоко кипяченое	Йогурт	Кофейный напиток на молоке	Ряженка	Чай с сахаром	Йогурт	
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Фрукты св. апельсин	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Фрукты св. яблоко	



Утверждено
 Завтрак
 10 часов