Десятидневное меню для детей 3-7 лет межсезонное (лето - осень) - 2025г.

	ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 3		ДЕНЬ 4		ДЕНЬ 5	
	Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	160/5/15	Каша "Геркулесовая" жидкая	200	Каша манная жидкая	200	Каша пшенная жидкая	200	Суп молочный с макаронными изделиями	200
	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Чай с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/10	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Бутерброд с маслом сливочным	30/5
	Итого за прием:	415	Итого за прием:	435	Итого за прием:	445	Итого за прием:	435	Итого за прием:	435
2 завтрак	Сок фруктовый в ассортименте	200	Фрукты свежие	150	Сок фруктовый в ассортименте	200	Сок фруктовый в ассортименте	200	Фрукты свежие	150
Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	Борщ с капустой и картофелем	180	Суп картофельный	180	Щи из свежей капусты с картофелем	180	Суп картофельный с крупой	180
	Котлета рубленая из говядины	80	Бефстроганов из отварного мяса (говядина)	160	Кнели куриные с рисом	80	Жаркое домашнему	220	Гуляш из отварного мяса (говядина)	160
	Капуста тушеная	130	Каша рассыпчатая гречневая	130	Икра кабачковая	130	Овощи свежие	40	Пюре картофельное	130
	Напиток из плодов шиповника	180	Овощи свежие	40	Компот из свежих яблок	180	Кисель из сухофруктов	180	Овощи свежие	40
	Хлеб пшеничный / ржаной	30/40	Кисель из повидла	180	Хлеб пшеничный / ржаной	30/40	Хлеб пшеничный / ржаной	30/40	Компот из сухофруктов	180
			Хлеб пшеничный / ржаной	30/40					Хлеб пшеничный / ржаной	30/40
	Итого за прием:	640	Итого за прием:	760	Итого за прием:	640	Итого за прием:	690	Итого за прием:	760
Полдник	Омлет натуральный	110	Хлебцы рыбные	80	Каша пшеничная вязкая (молочная)	200	Запеканка из творога	110	Яйцо вареное	40
	Горошек зеленый (консервированный)	60	Пюре картофельное	130	Молоко кипяченое	200	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	25	Икра кабачковая (консервированная)	60
	Компот из сухофруктов	200	Чай с лимоном	180			Кефир	200	Какао с молоком	180
	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20					Хлеб пшеничный	20
	Итого за прием:	390	Итого за прием:	410	Итого за прием:	400	Итого за прием:	335	Итого за прием:	300
Ужин	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный	20	Кондитерские изделия: печенье	25	Булочка ванильная	50	Хлеб пшеничный	20	Кондитерские изделия: вафли	20
	Итого за прием:	200	Итого за прием:	205	Итого за прием:	230	Итого за прием:	200	Итого за прием:	200
	Итого за день:	1845	Итого за день:	1960	Итого за день:	1915	Итого за день:	1860	Итого за день:	1845

	ДЕНЬ 6		ДЕНЬ 7		ДЕНЬ 8		ДЕНЬ 9		ДЕНЬ 10	
	Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
Завтрак	Макароны отварные с сыром	160/5/15	Каша манная жидкая	200	Каша "Геркулесовая" жидкая	200	Каша рисовая жидкая	200	Суп молочный с крупой	200
	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200	Кофе напиток с молоком	200
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/10	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	Бутерброд с маслом сливочным	30/5
	Итого за прием:	415	Итого за прием:	435	Итого за прием:	445	Итого за прием:	435	Итого за прием:	435
2 завтрак	Сок фруктовый в ассортименте	200	Сок фруктовый в ассортименте	200	Фрукты свежие	150	Сок фруктовый в ассортименте	200	Фрукты свежие	150
Обед	Борщ с картофелем	180	Суп овощной	180	Щи зеленые	180	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	Щи из свежей капусты с картофелем	180
	Гуляш из отварного мяса (говядина)	160	Шницель рубленый из говядины	80	Кнели куриные с рисом	80	Голубцы ленивые	80	Плов из птицы	210
	Каша рассыпчатая гречневая	130	Рагу овощное	130	Икра свекольная	130	Пюре картофельное	130	Овощи свежие	40
	Овощи свежие	40	Кисель из повидла	180	Напиток из плодов шиповника	180	Овощи свежие	40	Кисель из сухофруктов	180
	Компот из сухофруктов	180	Хлеб пшеничный / ржаной	30/40	Хлеб пшеничный / ржаной	30/40	Компот из свежих яблок	180	Хлеб пшеничный / ржаной	30/40
	Хлеб пшеничный / ржаной	30/40					Хлеб пшеничный / ржаной	30/40		
	Итого за прием:	760	Итого за прием:	640	Итого за прием:	640	Итого за прием:	680	Итого за прием:	680
Полдник	Сырники из творога	120	Пудинг рыбный запеченый	110	Каша вязкая пшеничная (молочная)	200	Пудинг из творога с рисом	110	Омлет натуральный	110
	Молоко сгущенное с сахаром 8,55 жирности	25	Пюре картофельное	130	Компот из сухофруктов	200	Соус молочный сладкий	50	Икра кабачковая (консервированная)	60
	Кисель молочный	200	Чай с лимоном	180			Кефир	200	Какао с молоком	180
			Хлеб пшеничный	20					Хлеб пшеничный	20
	Итого за прием:	345	Итого за прием:	440	Итого за прием:	400	Итого за прием:	360	Итого за прием:	370
Ужин	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный	20	Кондитерские изделия: печенье	25	Булочка домашняя	50	Хлеб пшеничный	20	Кондитерские изделия: вафли	20
	Итого за прием:	200	Итого за прием:	205	Итого за прием:	230	Итого за прием:	200	Итого за прием:	200
	Итого за день:	1920	Итого за день:	1920	Итого за день:	1865	Итого за день:	1875	Итого за день:	1835