

Примерное 10-ти дневное меню для организации питания детей от 1,6 до 7 лет в Сынтугльском детском саду

	Меню 1-ого дня	Меню 2-ого дня	Меню 3-его дня	Меню 4-ого дня	Меню 5-ого дня	Меню 6-ого дня	Меню 7-ого дня	Меню 8-ого дня	Меню 9-ого дня	Меню 10-ого дня
З	Каша гречневая	Вермишель	Каша манная	Макаронные	Каша	Каша «Дружба»	Каша гречневая	Каша манная	Каша рисовая	Фруктовый плов
А	молочная	молочная	молочная	изделия отварн.	геркулесовая	молочная	молочная	молочная	молочная	200/200
В	150/200	150/200	150/200	со сливочным	150/200	150/200	150/200	150/200	150/200	
Т	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Бутерброд с джемом	маслом и сыром	Бутерброд с маслом	Чай с сахаром	Бутерброд с джемом	Бутерброд с маслом	Чай с сахаром	Какао с молоком
Р	150/180	150/180	20/5, 30/8	100/100, 9/14	маслом	150/180	150/180	150/180	150/180	150/180
А			Чай с сахаром	Кофейн. напиток с молоком	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	
К			150/180	150/180	150/180	150/180	150/180	150/180	150/180	
О	Пи с мясом	Суп рассольник с мясом курицы	Суп молочный	Суп	Суп-уха	Суп	Борщ с мясом	Суп	Суп гороховый с мясом курицы	Пи с мясом
Б	200/250	200/250	пшеничный	картофельный с крупой и мясом	200/250	вермишелевый	200/250	рассольник с мясом	200/250	курицы
Е	Котлета рыбная	Печень говяжья по-строгановски	Котлета мясная	курицы	Гуляш из мяса	200/250	Жаркое по-домашнему	200/250	200/250	200/250
Д	70/80	90/100	50/70	200/250	60/80	Горошница с мясом	150/200	88/100	60/80	50/70
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	Рис со сливочным маслом	Картофельное пюре	«Ежики» в соусе (Голубы ленивые 50/70)	Гречка со сливочным маслом	(тушенкой)	Компот из сухофруктов	Рис со сливочным маслом	120/150	Гречка со сливочным маслом
	100/100	120/150	120/150	85/100, 25/30	100/150	120/150	180/200	100/150	120/150	100/150
	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	Компот из сухофруктов	180/200	Компот из сухофруктов
	180/200	180/200	180/200	180/200	180/200	180/200	30/30	180/200	180/200	180/200
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
	30/30	30/30	30/30	30/30	30/30	30/30	30/30	30/30	30/30	30/30
П	Кисель	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Сок	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром
О	150/180	150/180	150/180	150/180	(промышленный)	150/180	150/180	150/180	150/180	150/180
Л	Печенье	Сухарь ванильный	Фрукт	Вафля	Печенье	Сушка (сухарь)	Фрукт	Вафля	Хлеб пшеничный	Хлеб
Д	30/30	(сушка) 30/30	100/100	30/30	30/30	30/30	100/100	30/30	20/30	20/30
Н										
И	Блины с джемом	Рагу из овощей	Гречка рассып.	Запеканка	Вермишель	Омлет	Блины со сливочным мас-лом и сахаром	Капуста	Запеканка	Каша пшениная
Ж	75/75	150/180	маслом и сахарным песком	манная	отварн. со сливочным маслом, яйцо вареное	натуральный со сливочным масл.	75/75	тушеная	100/140	150/200
И	150/180	150/180	100/150	80/100	100/100	80/100	Чай с сахаром	150/180	150/180	Чай с сахаром
Н	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный	Чай с сахаром	Кисель	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Хлеб ржаной	150/180	Чай с сахаром
	150/180	30/30	150/180	150/180	150/180	20/30	150/180	20/30	150/180	150/180