

Примерное десятидневное меню (Ясли)

1 день-понедельник		2 день - вторник		3 день - среда		4 день - четверг		5 день - пятница	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК				ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Молочная манная каша	150	Молочная пшенинная каша	150	Молочная гречневая каша	150	Молочная геркулесовая каша	150	Молочная пшенинная каша	150
Какао	180	Кофейный напиток	180	Какао	180	Кофейный напиток	180	Какао	180
Бутерброд с маслом	46	Бутерброд с маслом	46	Бутерброд с маслом	46	Бутерброд с маслом	46	Бутерброд с маслом	46
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Щи на курином бульоне со сметаной	180	Свекольник на м/к бульоне со сметаной	180	Суп гороховый на м/к бульоне	180	Щи на м/к бульоне со сметаной	180	Суп картофельный на м/к бульоне с клецками	180
Биточки куриные	60	Котлета мясная	60	Биточки мясные	60	Гуляш мясной/тефтели	60	Капуста тушеная с мясом	150
Рожки отварные, соус	100	Картофельное пюре	100	Овощная запеканка	100	Гречка	100		
Соленый огурчик	20	Салат	30						
Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из шиповника	180	Компот из шиповника	180
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	30
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Сок	100	Фрукты	95	Кефир	150	Фрукты	95	Сок	100
Печенье	15			Печенье	15			Хлеб пшеничный	15
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Салат из зеленого горошка	40	Запеканка из творога	120	Бефстроганов из печени	60	Котлета рыбная	160	Сырники	110
Омлет	70	Салат из моркови	40	Картофельное пюре	120	Салат из соленых огурцов и свеклы	60		
				Салат	30			Молочный соус	30
Чай	180	Чай	180	Чай	180	Чай	180	Кисель	180
Хлеб ржаной	20			Хлеб ржаной	20	Хлеб ржаной	20		

1 неделя

