

Основное меню на 10 дней (возраст 1,5-3 года)
1 неделя



дни	Завтрак			Второй завтрак			Обед			полдник			Всего объем	Энергет. Ценность за день
	Наименование блюда	объем	Энергет. ценность	Наименование блюда	объем	Энергет. ценность	Наименование блюда	объем	Энергет. ценность	Наименование блюда	объем	Энергет. ценность		
понеделник	Каша молочная «Дружба»	150	166,0	сок	100	48,0	Борщ на кур.бул. со сметаной	150	60,96	Сдоба обыкновенная	70	283,42	1375	1423,11
	Батон	30	77,76				Каша гречневая с маслом сливочным	100	154,2	Чай сладкий	180	37,2		
	Масло сливочное	5	33,0				Гуляш из курицы	60	151,72	Яблоко	100	44,17		
	Сыр	10	36,0				Хлеб ржаной	40	59,4					
	Какао с молоком	180	118,67				Хлеб пшеничный	30	79,6					
							Компот из кураги	180	73,03					
вторник	Каша молочная пшеничная	150	182,8	Варенец	100	53,0	Рассольник на кур.бул. со сметаной	150	127,95	Омлет натуральный	130	224,77	1435	1447,07
	Батон	30	77,76				Макароны с маслом сливочным	100	157,62	Икра морковная	30	20,88		
	Масло сливочное	5	33,0				Котлета рыбная	60	69,13	Хлеб пшеничный	30	79,6		
	Сыр	10	36,0				Соус овощной	30	16,48	Чай сладкий	180	37,2		
	Кофе с молоком	180	106,2				Хлеб ржаной	40	59,4	Вафли	20	70,8		
							Помидор свежий	50	9,6					
среда	Суп молочный вермишелевый	150	107,35	сок	100	48,0	Компот из сухофруктов	150	83,88				1325	1326,96
	Батон	30	77,76				Суп гороховый на кур.бул.	150	152,41	Пудинг творожный с рисом	100	224,0		
	Масло сливочное	5	33,0				Азу с мясом	150	239,2	Повидло	10	24,4		
	Сыр	10	36,0				Огурец свежий	40	43,1	Чай сладкий	180	37,2		
	Какао с молоком	180	118,67				Хлеб ржаной	40	59,4					
							Хлеб пшеничный	30	79,6					
четверг	Каша молочная манная	150	161,24	сок	100	48,0	Компот из изюма	150	46,87	Пудинг творожный с рисом	100	224,0	1385	1218,08
	Батон	30	77,76				Суп «Снежок» на кур.бул.	150	151,5	Рыба, запеченная с морковью	100	166,32		
	Масло сливочное	5	33,0				Горошница	100	113,0	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	42,6		
	Кофе с молоком	180	106,2				Печень по-строгоновски	60	72,9	Хлеб пшеничный	30	79,6		
							Хлеб ржаной	40	59,4	Чай сладкий с лимоном	180	29,0		
							Помидор свежий	40	9,6					
пятница	Каша молочная геркулесовая	150	170,39	сок	100	48,0	Компот из свежих яблок	180	67,9				1415	1379,37
	Батон	30	77,76				Свекольник на кур. бул. со сметаной	150	127,22	Творожная запеканка со сгущенным молоком	100	247,0		
	Масло сливочное	5	33,0				Картофельное пюре	100	77,6					
	Какао с молоком	180	118,67				Голубцы ленивые	100	142,68	Чай сладкий	180	37,2		
							Соус овощной	30	16,48					
							Огурец свежий	40	43,1					
							Хлеб ржаной	40	59,4					
							Хлеб пшеничный	30	79,6					
							Кисель	180	101,27					

Основное меню на 10 дней (возраст 1,5-3 года)
2 неделя



дни	Завтрак			Второй завтрак			Обед			полдник			Всего объем	Энергет. Ценность за день
	Наименование блюда	объем	Энергет. ценность	Наименование блюда	объем	Энергет. ценность	Наименование блюда	объем	Энергет. ценность	Наименование блюда	объем	Энергет. ценность		
понедельник	Каша молочная пшеничная Батон Масло сливочное Сыр Кофе с молоком	150 30 5 10 180	157,7 77,76 33,0 36,0 106,2	сок	100	48,0	Щи на кур.бул. со сметаной Каша рисовая с маслом сливочным Гуляш из курицы Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Огурец свежий Компот из кураги	150 100 60 40 30 40 180	59,2 140,0 151,72 59,4 79,6 43,1 73,03	Слойка с повидлом Чай сладкий с лимоном Яблоко	70 180 100	214,0 29,0 44,17	1375	1362,73
вторник	Каша молочная рисовая Батон Масло сливочное Сыр Какао с молоком	150 30 5 10 180	146,0 77,76 33,0 36,0 118,67	сок	100	48,0	Суп гречневый на кур.бул. со сметаной Жаркое по-домашнему Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Помидор свежий Компот из сухофруктов	150 150 40 30 50 150	115,2 180,0 59,4 79,6 9,6 83,88	Вареники ленивые с маслом сливочным Чай сладкий	125 180	240,0 37,2	1330	1221,25
среда	Каша молочная кукурузная Батон Масло сливочное Сыр Кофе с молоком	150 30 5 10 180	192,76 77,76 33,0 36,0 106,2	сок	100	48,0	Суп крестьянский на кур.бул.со сметаной Картофельное пюре Котлета мясная Соус овощной Огурец свежий Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Компот из кураги	150 100 60 30 40 40 30 180	84,35 92,0 140,11 16,49 43,1 59,4 79,6 73,03	Булочка молочная Снежок	50 180	156,09 118,0	1335	1355,88
четверг	Каша молочная ячневая Батон Масло сливочное Сыр Какао с молоком	150 30 5 10 180	192,76 77,76 33,0 36,0 118,67	сок	100	48,0	Суп с макаронными изделиями на кур.бул. Плов с мясом Хлеб ржаной Помидор свежий Компот из шиповника	150 150 40 40 180	62,85 272,26 59,4 9,6 105,36	Рыба, запеченная в омлете Салат из кукурузы консервированной Хлеб пшеничный Чай сладкий	100 40 30 180	166,32 42,6 79,6 37,2	1385	1287,16
пятница	Каша молочная гречневая Батон Масло сливочное сыр Кофе с молоком	150 30 5 10 180	166,79 77,76 33,0 36,0 106,2	сок	100	48,0	Суп картофельный с клецками на кур. бул. Солянка Огурец свежий Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Компот из лимона	150 150 40 40 30 180	70,88 201,0 43,1 59,4 79,6 69,23	Ватрушка королевская с творогом Чай сладкий	100 180	247,0 37,2	1345	1304,17