



**ЭТАЛОННОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (зима-весна) на 10 дней**

1-й день Завтрак	2-й день Завтрак	3-й день Завтрак	4-й день Завтрак	5-й день Завтрак
Каша манная молочная со сливочным маслом. Яйцо отварное	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	Каша ячневая молочная со сливочным маслом.	Каша пшеничная на ц/молоке со сливочным маслом	Каша рисовая молочная со сливочным маслом
Чай сладкий	Какао на ц/молоке	Чай сладкий	Чай сладкий с молоком	Чай с лимоном и сахаром
Хлеб пшеничный/батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный/батон со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный/батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный батон белый со сливочным маслом и сыром
<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>
Банан / Мандарин / Сок натуральный / Яблоко	Банан/ Мандарин/ Сок натуральный/Яблоко	Банан / Мандарин / Сок натуральный / Яблоко	Банан / Мандарин /Сок натуральный / Яблоко	Банан /Мандарин /Сок натуральный / Яблоко
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Салат из моркови на растительном масле	Салат свекольный с чесноком на растительном масле	Салат из капусты свежей белокачанной на растительном масле	Салат «Мозайка» на растительном масле	Салат из лука с зеленым горошком на растительном масле
Свекольник на костном бульоне со сметаной	Рассольник на костном бульоне со сметаной	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на костном бульоне	Борщ с капустой на костном бульоне со сметаной	Суп гречневый на курином бульоне со сметаной
Гуляш мясной с гречкой	Манты	Биточки мясные с макаронными изделиями (рожки)	Картофельное пюре Катлеты рыбные с подливом	Зразы с яйцом в томатном соусе
Компот из сухофруктов + витамин С	Компот из свежих яблок + витамин С	Кисель плодово -ягодный + витамин С	Компот из сухофруктов + витамин С	Компот из свежих яблок + витамин С
Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
Булочка домашняя	Кондитерские изделия (пряник, печенье)	Кондитерские изделия (пряник, печенье)	Сухарик из батона с сахарной присыпкой	Пирожок луговой с картофелем
Кефир	Крем-брюле	Молоко	Чай с молоком и сахаром	Молоко
<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>
Икра овощная /Картофельное пюре	Суп молочный рисовый	Запеканка из творога с повидлом	Капуста тушеная с сосисками	Суп вермишелевый на ц/молоке
Кисель плодово-ягодный	Чай сладкий	Какао с молоком	Кисель плодово-ягодный	Чай сладкий
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный

6-ой день Завтрак	7-ой день Завтрак	8-ой день Завтрак	9-ий день Завтрак	10-ий день Завтрак
Каша «Дружба» (пшеничка + ячка) молочная со сливочным маслом. Яйцо отварное	Каша манная на ц/молоке со сливочным маслом	Каша кукурузная на ц/молоке со сливочным маслом.	Каша геркулесовая на ц/молоке со сливочным маслом	Каша ячневая на ц/молоке со сливочным маслом
Чай сладкий с молоком	Какао на ц/молоке	Чай п/сладкий	Какао на ц/молоке	Чай сладкий с молоком
Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом и сыром	Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом и повидлом	Хлеб пшеничный/батон белый со сливочным маслом	Хлеб пшеничный /батон белый со сливочным маслом
<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>	<b>Второй завтрак</b>
Банан/Мандарин /Сок натуральный/Яблоко	Банан/ Мандарин/Сок натуральный/Яблоко	Банан/Мандарин / Сок натуральный /Яблоко	Банан/Мандарин/Сок натуральный/Яблоко	Банан/Мандарин /Сок натуральный/Яблоко
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Салат из моркови на растительном масле	Салат из свежлы на растительном масле с чесноком	Соленный огурчик на растительном масле	Салат «Мозайка» на растительном масле	Салат из капусты свежей белокочанной на растительном масле
Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне со сметаной	Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне	Суп крестьянский с зеленым горошком и яйцом на костном бульоне	Лапша на курином бульоне	Суп «Харчо» со сметаной на курином бульоне
Плов с мясом	Биточки мясные Каша гречневая рассыпчатая	Рожки отварные Бефстроганов с подливом	Тефтели рыбные в томатном соусе с картофелем пюре	Пюре гороховое Куры порционно в соусе
Компот из сухофруктов + витамин С	Компот из свежих яблок + витамин С	Кисель плодово-ягодный + витамин С	Компот из сухофруктов + витамин С	Компот из свежих яблок + витамин С
Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>	<b>Полдник</b>
Плюшка с сахаром	Кондитерские изделия (пряник, печенье)	Сухарик из батона с сахарной присыпкой	Кондитерские изделия (пряник, печенье)	Кондитерские изделия (пряник, печенье)
Кефир	Молоко	Крем-брюле	Кефир	Молоко
<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>	<b>Ужин</b>
Картофель отварной с овощной икрой	Овощное рагу с зеленым горошком	Пудинг творожный со сметаной	Гречка отварная с мясом и подливом	Вермишель отварная с рубленым яйцом и сыром
Кисель плодово -ягодный	Чай сладкий	Какао на ц/молоке	Кисель плодово -ягодный	Чай сладкий
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный