



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Каша пшенная молочная жидкая	150	151
2	Кофейный напиток с молоком	175	84
3	Бутерброд с маслом	20/5	85
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ _____	105	47,25
ОБЕД			
1	Салат из зеленого горошка	30	38
2	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	150/7	55
3	Плов из отварной говядины	50/110	279
4	Напиток из шиповника	150	23
5	Хлеб пшеничный	10	23,50
6	Хлеб ржаной	25	43,50
Полдник			
1	Молоко кипяченое	160	96
2	Пирожки, печенье с фаршем (картофельным)	40	111
Ужин			
1	Винегрет овощной	30	38
2	Яйца вареные	1/40	157
3	Сырники с морковью, с молоком сгущенным	130/10	297
4	Чай с сахаром	170	30
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/30	47/52,20



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Омлет натуральный	150	58
2	Какао с молоком	175	93
3	Бутерброд с сыром	20/6	74
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ _____	105	47,25
ОБЕД			
1	Овощи натуральные (соленые или свежие)	30	4
2	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	150/15/7	112
3	Голубцы ленивые	50	68
4	Соус томатный с овощами	20	17
5	Картофельное пюре	110	100
6	Кисель из клюквы	150	50
7	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Кисломолочный продукт _____	160	75,61
2	Булочка «Веснушка»	40	142
Ужин			
1	Салат «Степной»	40	50
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	60/60	94
3	Кондитер. изделие витамин. _____	24	84,96
4	Чай с лимоном	170/7	29
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	10/30	23,50/52,20



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Каша молочная кукурузная жидкая	150	154
2	Кофейный напиток с молоком	170	81
3	Бутерброд с сыром и маслом	20/6/5	107
УТРО			
1	Сок фруктовый	150	69
ОБЕД			
1	Салат из моркови	30	37
2	Суп крестьянский с крупой с мясом и со сметаной	150/15/6	94
3	Печень говяжья по-строгоновски	60/20	135
4	Макаронные изделия отварные	110	138
5	Компот из смеси сухофруктов	150	23
6	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Молоко кипяченое	160	96
2	Корж молочный	40	159
Ужин			
1	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	30	41
2	Котлеты куриные	60	115
3	Соус красный основной	20	9
4	Каша гречневая рассыпчатая	110	176
5	Чай с сахаром	150	23
6	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	15/20	35,25/34,80

МЕНЮ (1,5-3 года)

ДЕНЬ 4

ДАТА _____



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	122
2	Чай с сахаром	175	27
3	Бутерброд с маслом	20/5	85
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ _____	105	47,25
ОБЕД			
1	Салат картофельный с зеленым горошком	30	42
2	Борщ с капустой и картофелем, мясом и со сметаной	150/15/6	99
3	Тефтели рыбные с соусом	50/20	67
4	Картофельное пюре	110	100
5	Напиток из шиповника	150	23
6	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Кисломолочный продукт _____	170	80,34
2	Кондитер. издел. витаминизир. _____	30	106,20
Ужин			
1	Салат из свеклы с чесноком	30	41
2	Сердце в соусе	60/20	121
3	Каша перловая рассыпчатая	110	140
4	Соки фруктовый	175	80,50
5	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	20/20	47/34,80



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Яйца вареные	1/40	157
2	Пудинг из творога с молоком сгущенным	130/10	265
3	Кофейный напиток с молоком	150	71
4	Бутерброд с сыром и с маслом	20/6/5	107
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ _____	102	45,90
ОБЕД			
1	Сельдь с гарниром	38	30
2	Суп картофельный с бобовыми и с мясом	150/15	117
3	Зразы из говядины с рисом	50	103
4	Соус красный основной	20	9
5	Капуста тушеная	110	73
6	Кисель из клюквы	150	50
7	Хлеб пшеничный / хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Молоко кипяченое	160	96
2	Ватрушка с творожным фаршем	40	126
Ужин			
1	Овощи натуральные (соленые или свежие)	30	4
2	Рагу овощное	150	137
3	Чай с молоком	180	61
4	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	30/10	70,50/14,40

МЕНЮ (1,5-3 года)

ДЕНЬ 6

ДАТА _____



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Каша «Дружба» молочная жидкая	150	151
2	Какао с молоком	170	90
3	Бутерброды с сыром с маслом	20/6/5	107
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ _____	102	45,90
ОБЕД			
1	Салат из свеклы с чесноком	30	41
2	Рассольник домашний, с мясом и со сметаной	150/15/7	110
3	Голубцы ленивые	60	97
4	Соус томатный с овощами	20	17
5	Компот из смеси сухофруктов	150	23
6	Хлеб пшеничный / хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Кисломолочный продукт _____	170	80,34
2	Кондит. изделие витаминизир. _____	30	106,20
Ужин			
1	Салат «Степной»	30	40
2	Тефтели из говядины с рисом («ежики»)	60	126
3	Макаронные изделия отварные с овощами	110	130
4	Соус томатный	20	10
5	Чай с лимоном	150/7	29
6	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	10/20	23,50/34,80

МЕНЮ (1,5-3 года)

ДЕНЬ 7

ДАТА _____



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Суп молочный с крупой гречневой	150	123
2	Кофейный напиток с молоком	175	84
3	Бутерброд с маслом	20/5	85
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ _____	102	45,90
ОБЕД			
1	Салат из моркови с зеленым горошком	30	38
2	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	150/6	59
3	Котлеты из говядины	60	156
4	Рис припущенный	110	140
5	Соус красный основной	20	9
6	Сок фруктовый	150	69
7	Хлеб пшеничный / хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Молоко кипяченое	160	96
2	Пирожки, печенные с фаршем (картофельным)	40	111
Ужин			
1	Салат из свеклы с морковью	40	43
2	Зразы из говядины с рисом	50	103
3	Картофель отварной	110	106
4	Соус томатный	20	10
5	Чай с молоком	150	50
6	Хлеб пшеничный	30	70,50

МЕНЮ (1,5-3 года)

ДЕНЬ 8

ДАТА _____



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Омлет натуральный	150	58
2	Чай с сахаром	175	27
3	Бутерброд с сыром	20/6	74
2 ЗАВТРАК			
1	Сок фруктовый _____	150	69
ОБЕД			
1	Салат картофельный с зеленым горошком	30	42
2	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом и со сметаной	150/15/7	97
3	Фрикадельки рыбные	50	48
4	Картофельное пюре	110	100
5	Соус томатный с овощами	20	17
6	Кисель из клюквы	150	50
7	Хлеб пшеничный / хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Кисломолочный продукт _____	170	80,34
2	Кондит. изделия витаминизир. _____	30	106,20
Ужин			
1	Винегрет овощной	30	38
2	Вареники ленивые с маслом	130/5	236
3	Яйцо вареное	1/40	157
4	Сок фруктовый _____	175	80,50
5	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	10/10	23,50/17,40



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	122
2	Кофейный напиток с молоком	175	84
3	Бутерброд с маслом	20/5	85
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ _____	102	45,90
ОБЕД			
1	Салат из моркови с зеленым горошком	30	38
2	Свекольник с мясом и со сметаной	150/15/6	108
3	Фрикадельки из кур	60	104
4	Капуста тушеная	110	73
5	Соус томатный	20	10
6	Компот из смеси сухофруктов	150	23
7	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Молоко кипяченое	160	96
2	Пирожки, печенные фаршем (морковным)	40	105
Ужин			
1	Овощи натуральные (соленые или свежие)	30	4
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	60/20	64
3	Картофель отварной	110	106
4	Чай с сахаром	150	27
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	10/20	23,50/34,80



	Наименование изделия	Вес, г	Эн/цен. (ккал)
ЗАВТРАК			
1	Суп молочный рисовый	150	114
2	Кофейный напиток с молоком	175	84
3	Бутерброд с сыром	20/8	81
2 ЗАВТРАК			
1	ФРУКТЫ _____	105,5	47,47
ОБЕД			
1	Салат из моркови	30	37
2	Суп картофельный с клецками и с мясом	150/15/15	107
3	Биточки рыбные	50	59
4	Картофельное пюре	110	100
5	Соус томатный с овощами	20	17
6	Кисель из клюквы	150	50
7	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	10/25	23,50/43,50
Полдник			
1	Кисломолочный продукт _____	160	75,61
2	Пирожки, печеные с фаршем (капустным)	40	109
Ужин			
1	Салат из зеленого горошка	30	38
2	Зразы картофельные с овощами	150	140
3	Яйца вареные	1/40	157
4	Соки фруктовые	150	69
5	Хлеб пшеничный	40	94