

**Примерное цикличное 10-ти дневное меню рациона питания детей, посещающих дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 115», с 12 часовым пребыванием. Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет**



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<b>Завтрак</b> Каша кукурузная молочная с маслом сливочным – 153 Кофейный напиток с молоком -150 Бутерброд с маслом сливочным 20/4	<b>Завтрак</b> Яйцо вареное - 1 Каша пшеничная молочная с маслом сливочным – 153 Какао с молоком – 150 Бутерброд с маслом сливочным - 20/4	<b>Завтрак</b> Каша молочная Дружба с маслом сливочным – 153 Кофейный напиток с молоком-150 Бутерброд с маслом сливочным и сыром 20/4/10	<b>Завтрак</b> Каша манная молочная с маслом сливочным – 153 Какао с молоком – 150 Бутерброд с маслом сливочным – 20/4	<b>Завтра</b> Яйцо вареное-1 Каша овсяная молочная с маслом сливочным – 153 Кофейный напиток с молоком – 150 Бутерброд с маслом и сыром - 20/4/10
<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый или ягодный - 100	<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый или ягодный – 100	<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый или ягодный - 100	<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый или ягодный - 100	<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый или ягодный - 100
<b>Обед</b> Икра кабачковая - 400 Борщ с картофелем на мясном бульоне со сметаной - 155 Пудинг мясной – 60 Капуста тушеная -100 Кисель из джема - 150 Хлеб ржаной - 40	<b>Обед</b> Салат витаминный - 40 Суп картофельный с бобовыми и мясом – 165 Тефтели мясные с соусом сметано- томатным-75 Макароны отварные-103 Компот из сухофруктов - 150 Хлеб ржаной - 40	<b>Обед</b> Огурцы консервированные - 40 Щи из белокочанной капусты на мясном бульоне со сметаной - 155 Жаркое по – домашнему - 170 Напиток лимонный - 150 Хлеб ржаной - 40	<b>Обед</b> Салат из свеклы с зеленым горошком - 40 Рассольник ленинградский с мясом и сметаной - 165 Шницель рыбный натуральный - 60 Рагу овощное - 120 Компот из свежих яблок - 150 Хлеб ржаной - 40	<b>Обед</b> Салат из капусты – 40 Суп картофельный с зеленым горошком на бульоне из птицы со сметаной - 155 Плов из птицы - 160 Компот из смеси сухих фруктов - 150 Хлеб ржаной – 40
<b>Уплотнённый полдник</b> Салат из зеленого горошка - 40 Омлет натуральный – 80 Чай с сахаром - 150 Хлеб пшеничный – 15 Пирожок с яблоками -60	<b>Уплотнённый полдник</b> Салат из свеклы – 40 Рыба припущенная – 60 Картофель отварной -103 Чай – 150 Хлеб пшеничный- 15 Яблоко свежие — 1/100	<b>Уплотнённый полдник</b> Салат из моркови с изюмом – 40 Сырники из творога со сгущенным молоком – 75/20 Кефир - 150 Печенье 25 Яблоко свежие - 1/100	<b>Уплотнённый полдник</b> Огурцы консервированные - 40 Оладьи из печени - 60 Пюре картофельное – 120 Чай с сахаром – 150 Хлеб пшеничный – 15 Яблоко свежие - 1/100	<b>Уплотнённый полдник</b> Салат из моркови с яблоками - 40 Запеканка из творога – 70 Соус молочный сладкий-15 Чай с сахаром – 150 Булочка Веснушка – 50 Яблоко свежие – 1/100

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b> Каша гречневая молочная с маслом сливочным – 153 Какао с молоком – 150 Бутерброд с маслом сливочным - 20/4	<b>Завтрак</b> Омлет-80 Кофейный напиток с молоком – 150 Бутерброд с маслом сливочным - 20/4	<b>Завтрак</b> Каша пшеничная молочная с маслом сливочным –153 Какао с молоком –150 Бутерброд с маслом сливочным и сыром - 20/4/10	<b>Завтрак</b> Яйцо вареное 1 Каша манная молочная с маслом сливочным – 153 Кофейный напиток с молоком – 150 Бутерброд с маслом сливочным— 20/4	<b>Завтрак</b> Лапша молочная – 150 Какао с молоком— 150 Бутерброд с маслом сливочным и сыром -20/4/12
<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый Яли ягодный - 100	<b>2-ой завтрак</b> Апельсины свежие – 100	<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый или ягодный — 100	<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый или ягодный — 100	<b>2-ой завтрак</b> Сок фруктовый или ягодный — 100
<b>Обед</b> Икра кабачковая – 40 Рассольник домашний на мясном бульоне со сметаной – 155 Запеканка картофельная с мясом соусом сметанным - 120/15 Компот из смеси сухих фруктов - 150 Хлеб ржаной – 40	<b>Обед</b> Огурцы консервированные - 40 Борщ на мясном бульоне со сметаной - 155 Гуляш из отварного мяса – 60 Каша перловая рассыпчатая - 104 Кисель из сока- 150 Хлеб ржаной - 40	<b>Обед</b> Салат витаминный – 40 Суп картофельный с крупой и мясом - 165 Печень по строгановский – 40 Макароны отварные - 103 Компот из смеси сухих фруктов - 150 Хлеб ржаной - 40	<b>Обед</b> Салат из свеклы с огурцами солеными - 40 Суп картофельный с крупой и рыбой -165 Коплеты рубленные-80 Рагу овощное-120 Компот из свежих яблок. - 150 Хлеб ржаной - 40	<b>Обед</b> Икра кабачковая - 40 Суп из овощей на бульоне из пшеницы со сметаной -- 150 Суфле из птицы – 55 Картофель отварной-103 Компот из смеси сухих фруктов – 150 Хлеб ржаной – 40
<b>Уплотнённый полдник</b> Салат из кукурузы консервированной -45 Оладьи с джемом - 120/20 Чай с сахаром - 150 Яблоки свежие - 1/100	<b>Уплотнённый полдник</b> Салат из свёклы - 40 Суфле из рыбы – 70 Пюре картофельное -120 Чай – 150 Хлеб пшеничный – 15 Мармелад -20	<b>Уплотнённый полдник</b> Салат из моркови и яблок – 40 Запеканка из творога - 70 Соус молочный сладкий -15 Чай с сахаром - 150 Яблоки свежие – 1/100	<b>Уплотнённый полдник</b> Огурцы консервированные - 40 Рыба запеченная в сметанном соусе -60 Пюре картофельное – 120 Чай с сахаром -180 Хлеб пшеничный – 15	<b>Уплотнённый полдник</b> Салат из моркови – 40 Пудинг из творога с джемом- 80/20 Чай с сахаром-150 Сдоба обыкновенная -50 Яблоки свежие - 1/100