



Меню ежедневного горячего питания в возрасте от 2 лет до 3 лет

	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день
<b>Завтрак</b>	1.Каша ассорти (рис, пшено) (150г) 2.Чай (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г)	<b>Завтрак</b>	1.Каша гречневая (100г) 2.Кофейный напиток (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г) 4.Фрукты (142)	<b>Завтрак</b>	1.Каша кукурузная (150г) 2.Чай с лимоном (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г) 4.Сыр (10г) 5.Сок (150г)	<b>Завтрак</b>	1.Каша пшённая (150г) 2.Чай (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г) 4.Повидло яблочное (10г) 5.Фрукты (142г)	<b>Завтрак</b>	1.Отварные макароны(100гр) 2.Кисель (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г)
<b>Обед</b>	1.Салат из св.огурцов с растительным маслом (30г) 2.Рассольник домашний (150г) 3.Гуляш из мяса говядины (40г) 4.Картофельное пюре с морковью (100г) 5.Витаминизированный напиток «Витошка» (150г) 6.Хлеб ржаной (30г) 7.Хлеб пшеничный (20г)	<b>Обед</b>	1.Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом (30г) 2.Борщ (150г) 3.Печень в соусе (40г) 4.Макаронные изделия отварные (100г) 5.Напиток из шиповника (150г) 6.Хлеб ржаной (30г) 7.Хлеб пшеничный (20г)	<b>Обед</b>	1.Горошек зеленый с яйцом (30г) 2.Суп картофельный с рыбой (150г) 3.Тефтели из мяса говядины (40г) 4.Капуста тушеная (100г) 5.Компот из яблок (150г) 6.Хлеб ржаной (30г) 7.Хлеб пшеничный (20г)	<b>Обед</b>	1.Салат из свежих томатов с растительным маслом (30г) 2.Щи из свежей капусты (150г) 3.Рыба, тушенная с овощами (50г) 4.Картофельное пюре (100г) 5.Кисель (150г) 6.Хлеб ржаной (30г) 7.Хлеб пшеничный (20г)	<b>Обед</b>	1.Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом (30г) 2.Суп овощной с мясными фрикадельками (150г) 3.Плов из мяса кур (100г) 4.Компот из сухофруктов и шиповника (150г) 5.Хлеб ржаной (30г) 6.Хлеб пшеничный (20г)
<b>Полдник</b>	1.Яйцо отварное (40г) 2.Кофейный напиток (180г)	<b>Полдник</b>	1.Хлеб с повидлом (50г) 2.Чай (160г)	<b>Полдник</b>	1.Печенье (16г) 2.Чай. (184г)	<b>Полдник</b>	1.Яйцо отварное(40г) 2.Кофейный напиток (180г)	<b>Полдник</b>	1.Хлеб с повидлом (50г) 2.Сок (180г)

	6 день		7 день		8 день		9 день		10 день
<b>Завтрак</b>	1.Каша рисовая (150г) 2.Чай (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г) 4.Сыр (10г) 5.Фрукты (142г)	<b>Завтрак</b>	1.Каша пшеничная (150г) 2.Чай (165г) 3.Хлеб пшеничный (25г) 4.Повидло яблочное (10г)	<b>Завтрак</b>	1.Отварные макароны (130г) 2.Чай с лимоном (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г) 4.Фрукты (142г)	<b>Завтрак</b>	1.Каша манная (150г) 2.Кофейный напиток (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г) 4.Сыр (10г) 5.Сок (120г)	<b>Завтрак</b>	1.Каша ассорти (рис, кукуруза) (150г) 2.Чай (180г) 3.Хлеб пшеничный (25г) 4.Повидло яблочное (10г) 5.Фрукты (142г)
<b>Обед</b>	1.Салат из свежих огурцов с растительным маслом (30г) 2.Рассольник (150г) 3.Котлеты из мяса говядины паровые (40г) 4.Капуста тушеная (100г) 5.Напиток из шиповника (150г) 6.Хлеб ржаной (30г) 7.Хлеб пшеничный (20г)	<b>Обед</b>	1.Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом (30г) 2.Суп-пюре из картофеля (150г) 3.Гренки (20г) 4.Зразы из говядины (40г) 5.Каша гречневая рассыпчатая с овощами (100г) 6.Соус красный с овощами (30г) 7.Кисель (150г) 8.Хлеб ржаной (10г) 9.Хлеб пшеничный (20г)	<b>Обед</b>	1.Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом (30г) 2.Борщ с картофелем (150г) 3.Мясо говядины, тушенное с овощами (100г) 4.Компот из яблок (150г) 5.Хлеб ржаной (30г) 6.Хлеб пшеничный (20г)	<b>Обед</b>	1.Салат из свежих томатов с растительным маслом (30г) 2.Суп картофельный с бобовыми (150г) 3.Котлеты из рыбы (40г) 4.Каша рисовая (100г) 5.Соус красный с овощами (30г) 6.Компот из сухофруктов (150г) 7.Хлеб ржаной (30г) 8.Хлеб пшеничный (20г)	<b>Обед</b>	1.Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом (30г) 2.Суп картофельный с макаронными изделиями (150г) 3.Кнели из мяса говядины паровые (40г) 4.Каша гречневая рассыпчатая с овощами (80г) 5.Соус красный с овощами (30г) 6.Кисель (150г) 7.Хлеб ржаной (30г) 8.Хлеб пшеничный (20г)
<b>Полдник</b>	1.Пряники (18г) 2.Чай (190г)	<b>Полдник</b>	1.Яйцо отварное (40г) 2.Сок (180г)	<b>Полдник</b>	1.Вафли (16г) 2.Кофейный напиток (184г)	<b>Полдник</b>	1.Пагу из овощей (70г) 2.Чай (150г)	<b>Полдник</b>	1.Отварное яйцо (40г) 2.Кофейный напиток (150г)