Десятидневное меню на зимне-весенний период (с 3-7) ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ

	1день	2день	Здень	4 день	5день	6день	7день	8день	9день	10день
	Напиток	Напиток	Напиток	Напиток	Напиток	Напиток	Напиток	Напиток	Напиток	Напиток
Завтрак	витаминизирова	витаминизирова	витаминизирова	витаминизирова	витаминизирова	витаминизирова	витаминизирова	витаминизирова	витаминизирова	витаминизирова
	нный (кисель)	нный (кисель)	нный (кисель)	нный (кисель)	нный (кисель)	нный (кисель)	нный (кисель)	нный (кисель)	нный (кисель)	нный (кисель)
	Омлет натуральный	Бутерброд с сыром и маслом	Суп молочный с макаронными изделиями	Бутерброд с маслом	Каша «Дружба»	Омлет натуральный	Бутерброд с маслом и сыром	Суп молочный макаронными изделиями	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом
		Суп молочный с крупой		Каша из хлопьев овсяных			Суп молочный манный			Макаронные изделия
	Овощи натуральные свежие (помидор)	крупои (гречневой)		«Геркулес»		Зеленый горошек	манный		Каша рисовая вязкая	изделия отварные с сыром
	Чай с сахаром	Какао с молоком	Чай с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Чай с сахаром	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком
	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб		Хлеб	Хлеб	Хлеб
	пшеничный. Кондитерское изд. пряник	пшеничный	пшеничный. Кондитерское изд. вафли	пшеничный	пшеничный. Кондитерское изд. печенье	пшеничный	Хлеб пшеничный	пшеничный. Кондитерское изд.пряник	пшеничный	пшеничный
10 часов	Сок фрукт. ягод.	Ряженка	Сок яблочный	Яблоко	Ряженка	Сок фрукт. ягод.	Яблоко	Молоко кипяченое	Яблоко	Сок яблочный
Обед	Овощи натуральные свежие (огурец)	Овощи натуральные свежие (помидор)	Овощи натуральные свежие (огурец)	Овощи натуральные соленые (помидор)	Икра морковная	Овощи натуральные свежие (огурец)	Овощи натуральные свежие (помидор)	Икра свекольная	Зеленый горошек	Овощи натуральные свежие (помидор)
	Борщ с капустой и картофелем	Рассольник ленинградский со сметаной	Суп из овощей с фасолью	Суп картофельный с макаронными изделиями	Суп картофельный с бобовыми	Свекольник со сметаной	Суп картофельный с клёцками и мясом птицы	Суп крестьянский с крупой	Рассольник со сметаной	Щи из свежей капусты с картофелем
	Мясо отварное	Биточки рыбные	Курица в соусе с томатом	Биточки припущенные из кур	Плов из отварной птицы	Фрикадельки из кур	Рыба тушеная в томатном соусе	Мясо отварное	Фрикадельки рыбные	Рагу из птицы
	Пюре картофельное	Картофель отварной	Каша гречневая рассыпчатая	Капуста тушеная		Сложный гарнир	Картофельное пюре	Рис отварной	Картофель отварной	
	Компот из яблок	Кисель из сока	Компот из смеси сухофруктов	Кисель из сока	Компот из смеси сухофруктов	Компот из свежих плодов	Компот из смеси сухофруктов	Сок фрукт. ягод.	Кисель из яблок	Компот из смеси сухофруктов
	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб
	пшеничный	пшеничный	пшеничный	пшеничный	пшеничный	пшеничный	пшеничный	пшеничный	пшеничный	пшеничный
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
полдник	Икра свекольная	Запеканка из творога	Овощи натуральные свежие (помидор)	Пудинг из творога с рисом	Молоко кипяченое	Запеканка из творога	Булочка домашняя	Сырники, запеченные	Рагу овощное	Сдоба обыкновенная плюшка
	Макароны отварные	Соус молочный сладкий	Рыба отварная	Соус молочный сладкий	Булочка домашняя	Соус молочный сладкий		Соус молочный сладкий	Оладьи из печени по-	
	Печень говяжья по-строгановски		Картофельное пюре						кунцевски	
	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток	Кисломолочный напиток (йогурт)	Фрукты (Яблоко)	Кисломолочный напиток (йогурт)	Кофейный напиток с молоком	Ряженка	Чай с сахаром	Йогурт
	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный						Хлеб пшеничный	Фрукты свежие. Яблоко