

Примерное меню
12 часовое пребывание детей
1 пятидневка

<i>Дни нед ели</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>	<i>Ужин</i>
1-й день	Суп молочный с макаронными изделиями 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свежих помидор с луком 40/60 Щи из св. капусты с картофелем 150/200 Фрикадельки мясные 60/70 в сметанном соусе 30/40 Каша рассыпчатая (гречка) 90/110 Хлеб ржаной 40/50 Компот из сушеных фруктов 150/200	Какао с молоком 180/200 Сдоба обыкновенная 60/70 Фрукты 170/180	Салат из картофеля с зеленым горошком 40/60 Омлет натуральный 85/110 Кисель из яблок 150/180 Хлеб пшеничный 30/40
2-й день	Каша молочная пшенная с яблоком 150/200 Какао с молоком 180/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свежих помидоров и огурцов 40/60 Суп-лапша домашняя на к/б 150/200 Котлеты рубленые из птицы 60/70 в сметанном соусе 30/40 Рис отварной 90/120 Хлеб ржаной 40/50 Компот из свежих плодов 150/200	Сок фруктовый 200/200 Печенье 10/20	Салат из капусты белокочанной 40/60 Котлеты рыбные любительские 60/80 Пюре картофельное 120/150 Хлеб пшеничный 20/30 Чай с лимоном 150/200
3-й день	Каша манная с морковью 150/200 Чай с молоком 150/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свежих огурцов 40/60 Суп картофельный с бобовыми 150/200 Картофель тушеный в сметанном.соусе 100/150 Котлеты рубленые 60/70 Хлеб ржаной 40/50 Кисель из яблок 150/200	Ряженка 160/180 Булочка российская 60/70 Фрукты 170/180	Салат из моркови и яблок 40/60 Сырники из творога с соусом молочным сладким 100/150 Хлеб пшеничный 35/40 Кофейный напиток с молоком 180/200
4-й день	Каша вязкая с изюмом 160/200 Какао с молоком 180/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свеклы 40/60 Суп с рыбными консервами 150/200 Тефтели мясные 60/70 Соус сметанный с луком 30/40 Пюре картофельное 120/150 Хлеб ржаной 40/50 Кисель из яблок 150/200	Мармелад 20/30 Чай с сахаром 150/200	Салат из свежих помидор и огурцов 40/60 Сосиски отварные (Сад) 70 Яйца отварные (1 мл.) 20 Макаронные изделия отварные с маслом 120/150 Хлеб пшеничный 20/20 Сок фруктовый 200
5-й день	Каша молочная манная 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свежих огурцов 40/60 Суп картофельный с крупой 150/200 Биточки рубленые 60/70 Пюре картофельное с морковью 130/160 Хлеб ржаной 40/50 Компот из сушеных фруктов 150/200	Булочка домашняя 60/70 Йогурт 160/200 Фрукты 230/250	Кнели рыбные припущенные 60/80 Капуста тушеная 140/170 Чай с лимоном 150/200 Хлеб пшеничный 20/30

2 пятидневка

<i>Дни недели</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>	<i>Ужин</i>
6-й день	Каша пшеничная молочная жидкая 150/200 Чай с сахаром 150/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свежих помидоров с луком 40/60 Борщ с мясом 150/200 Пудинг из говядины 60/70 Рис отварной 90/120 Соус сметанный с томатом 30/40 Хлеб ржаной 40/50 Кисель из яблок сушеных 150/200	Сок 200/200 Печенье 10/20	Запеканка из макарон с творогом 120/150 Салат из кукурузы (консервированной) 40/60 Хлеб пшеничный 20/30 Кофейный напиток с молоком 180/200
7-й день	Каша молочная геркулесовая 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свежих помидоров и огурцов 40/60 Суп картофельный с клецками 150/200 Биточки рубленые из птицы паровые 60/70 Пюре картофельное 120/150 Хлеб ржаной 40/50 Компот из сушеных фруктов 150/200	Молоко кипяченое 160/200 Хлеб пшеничный 15/20 Фрукты 170/180	Филе сельди с луком 50/60 Винегрет овощной 150/180 Хлеб пшеничный 15/20 Чай с сахаром 180/200
8-й день	Каша молочная гречневая жидкая 150/200 Какао с молоком 180/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свежих огурцов 40/60 Свекольник 150/200 Шницели рубленые 60/70 Капуста тушеная 140/170 Хлеб ржаной 40/50 Кисель из яблок сушеных 150/200	Чай с сахаром 150/200 Пирожок с повидлом 60/70	Омлет натуральный 85/110 Салат из картофеля с зеленым горошком 40/60 Хлеб пшеничный 30/40 Сок 200/200
9-й день	Молочная каша «Дружба» 150/200 Чай с сахаром 150/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свеклы с зеленым горошком 40/60 Суп-пюре из картофеля 150/200 Голубцы ленивые с томатно- сметанным соусом 170/220 Хлеб ржаной 40/50 Компот из свежих плодов 150/200	Зефир 20/40 Кофейный напиток с молоком 180/200 Фрукты 230/250	Вареники ленивые отварные 120/150 с соусом молочным сладким 30/40 Салат из тертой моркови 40/60 Хлеб пшеничный 25/30 Сок 200/200
10-й день	Яйца отварные 20/40 Салат из горошка зеленого консервированного 40/60 Чай с сахаром 150/200 Бутерброд с сыром 30/45	Салат из свежих помидоров с луком 40/60 Щи из свежей капусты 150/200 Гуляш из отварного мяса 60/70 Каша рассыпчатая (гречка) 90/110 Хлеб ржаной 40/50 Компот из сушеных фруктов 150/200	Бифидок 160/200 160/200 Вафли 15/30	Кнели рыбные припущенные 60/80 Запеканка овощная 150/180 Хлеб пшеничный 30/40 Чай с лимоном 150/200