

Примерное 10-и дневное меню на зимне - весенний период (1 неделя)

НАИМЕНОВАНИЕ ИЗДЕЛИЙ БЛЮД				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<u>ЗАВТРАК</u>				
Каша молочная манная с маслом	Омлет натуральный Икра кабачковая	Суп молочный с крупой (гречка)	Суп молочный из пшеничной крупы	Суп молочный с крупой «Геркулес»
Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с маслом сливочным и сыром
<u>2-й завтрак</u>				
Фрукты свежие: Яблоки	Соки овощные, фруктовые, ягодные	Фрукты свежие: Яблоки	Соки овощные, фруктовые, ягодные	Фрукты свежие: Яблоки
<u>ОБЕД</u>				
Рассольник ленинградский	Суп картофельный с крупой (гречневой)	Суп картофельный протертый (с гречками)	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	Суп картофельный с макаронными изделиями
Тефтели рыбные тушеные (соус томатный)	Макаронные изделия отварные	Ленивые голубцы с соусом (сметанный с томатом)	Плов из птицы	Каша гороховая с маслом
Каша пшеничная «Артек»	Тефтели мясные, соус сметанный с луком	Винегрет овощной	Огурец консервированный	Котлеты рыбные запеченные
Салат из свеклы с яблоками	Огурец консервированный	Компот из свежих плодов (яблоки)	Компот из свежих плодов (яблоки)	Салат из свёклы с зелёным горошком
Компот из сухофруктов	Компот из свежих плодов (яблоки)			Компот из сухофруктов
Хлеб (пшеничный)	Хлеб (пшеничный)	Хлеб (пшеничный)	Хлеб (пшеничный)	Хлеб (пшеничный)
Хлеб (ржаной)	Хлеб (ржаной)	Хлеб (ржаной)	Хлеб (ржаной)	Хлеб (ржаной)
<u>ПОЛДНИК</u>				
Сырники из творога	Ватрушка с творогом	Пирожок с яблоком	Запеканка морковная с творогом со сметаной	Печенье
Кисель из сока	Чай с сахаром	Кисломолочный напиток «Простокваша»	Чай с сахаром	Молоко кипячённое

Примерное 10-и дневное меню на зимне - весенний период (2 неделя)

НАИМЕНОВАНИЕ ИЗДЕЛИЙ БЛЮД				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<u>ЗАВТРАК</u>				
Суп молочный из пшеничной крупы	Суп молочный с макаронными изделиями	Суп молочный с крупой «Геркулес»	Суп молочный с крупой (манной)	Суп молочный с крупой (гречка)
Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком
Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	Бутерброд с маслом сливочным
<u>2-й завтрак</u>				
Фрукты свежие: Яблоки	Соки овощные, фруктовые, ягодные	Фрукты свежие: Яблоки	Соки овощные, фруктовые, ягодные	Фрукты свежие: Яблоки
<u>ОБЕД</u>				
Суп картофельный из рисовой крупы	Свекольник	Суп картофельный с клёцками	Суп «Снежок» с мясом птицы	Суп картофельный с бобами (горох)
Каша гречневая вязкая	Запеканка из печени с рисом	Каша пшеничная «Артек»	Рагу из овощей	Жаркое по-домашнему (мясо птицы)
Гуляш из отварного мяса (говядина)	Кукуруза консервированная.	Котлета рыбная запеченная	Биточек рубленый из говядины	Салат из свёклы с зелёным горошком
Салат из свеклы с яблоками	Компот из свежих плодов (яблоки)	Зелёный горошек консервированный	Компот из свежих плодов (яблоки)	Компот из сухофруктов
Компот из сухофруктов		Компот из свежих плодов (яблоки)		
Хлеб (пшеничный)	Хлеб (пшеничный)	Хлеб (пшеничный)	Хлеб (пшеничный)	Хлеб (пшеничный)
Хлеб (ржаной)	Хлеб (ржаной)	Хлеб (ржаной)	Хлеб (ржаной)	Хлеб (ржаной)
<u>ПОЛДНИК</u>				
Пудинг из творога с яблоком	Яйцо отварное	Пирожок с яблоком	Запеканка из творога	Печенье
Кисель из сока	Икра кабачковая (промышленного производства)	Молоко кипячёное	Чай с сахаром	Кисломолочный напиток «Простокваша»
	Хлеб (пшеничный)			
	Чай с сахаром			