

## Меню на сад 1, 3 недели сентября

<b>Понедельник</b>	<b>Завтрак</b> 1. Суп молочный с геркулесом 200 гр 2. Молоко кипяченое 180 гр 3. Бутерброд с повидлом 55 гр.
	<b>Второй завтрак</b> 1. Сок яблочный 160 гр.
	<b>Обед</b> 1. Щи с картофелем из свежей капусты 200 гр. 2. Каша рассыпчатая перловая 130 гр. 3. Огурец соленый в нарезке 60 гр. 4. Бефстроганов из отварной говядины 100 гр. 5. Компот из сухофруктов 180 гр. 6. Хлеб ржаной 45гр.
	<b>Полдник уплотненный</b> 1. Овощная запеканка с молочным соусом 130/30 гр. 2. Сосиска отварная 60 гр. 3. Чай с лимоном 180 гр. 4. Хлеб пшеничный 25 гр. 5. Булочка молочная 40 гр.
<b>Вторник</b>	<b>Завтрак</b> 1. Каша рисовая 200 гр. 2. Какао 180 гр. 3. Бутерброд с маслом 35 гр.
	<b>Второй завтрак</b> 1. Яблоко 120 гр.
	<b>Обед</b> 1. Салат из свежих помидоров 60 гр. 2. Суп картофельный с фасолью 200 гр. 3. Шницель рыбный натуральный 80 гр. 4. Картофельное пюре 150 гр. 5. Кисель из плодов шиповника 180 гр. 6. Хлеб ржаной 45 гр.
	<b>Полдник уплотненный</b> 1. Огурец свежий в нарезке 60гр. 2. Мясо тушеное с овощами 140 гр. 3. Пирог с повидлом 50 гр. 4. Чай с молоком 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 25 гр.
<b>Среда</b>	<b>Завтрак</b> 1. Суп молочный с манной крупой 200 гр. 2. Чай с сахаром 180 гр. 3. Бутерброд с маслом, сыром 40/5/15 гр.
	<b>Второй завтрак</b>

	<p>1. Банан 120 гр.</p> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Суп картофельный с клецками 200 гр.</li> <li>2. Суфле куриное 70 гр.</li> <li>3. Капуста тушенная 150 гр.</li> <li>4. Салат из картофеля с помидорами 60 гр.</li> <li>5. Компот из свежей брусники 180 гр.</li> <li>6. Хлеб ржаной 45 гр.</li> </ol> <p><b>Полдник уплотненный</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Пюре морковное 100 гр.</li> <li>2. Запеканка из творога 100 гр.</li> <li>3. Соус яблочный 30 гр.</li> <li>4. Кефир 180 гр.</li> <li>5. Хлеб пшеничный 25 гр.</li> <li>6. Зефир 25 гр.</li> </ol>
Четверг	<p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Каша «Дружба» (рис, пшено) 200 гр.</li> <li>2. Бутерброд с маслом 35 гр.</li> <li>3. Кофейный напиток 180 гр.</li> </ol> <p><b>Второй завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сок яблочный 160 гр.</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Суп гороховый 200 гр.</li> <li>2. Картофельная запеканка с печенью 180 гр.</li> <li>3. Соус сметанный 30 гр.</li> <li>4. Салат из соленых огурцов с луком 60 гр.</li> <li>5. Кисель из сока 150 гр.</li> <li>6. Хлеб ржаной 45 гр.</li> </ol> <p><b>Полдник</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тефтели из рыбы с творогом 80 гр.</li> <li>2. Соус молочный 30 гр.</li> <li>3. Капуста тушенная с яблоками 150 гр.</li> <li>4. Яйцо вареное 20 гр.</li> <li>5. Чай с лимоном 180 гр.</li> <li>6. Хлеб пшеничный 30 гр.</li> <li>7. Вафли 30 гр.</li> </ol>
Пятница	<p><b>Завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Каша пшенная 200 гр.</li> <li>2. Бутерброд с маслом 35 гр.</li> <li>3. Какао с молоком 180 гр.</li> </ol> <p><b>Второй завтрак</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Груша 120 гр.</li> </ol> <p><b>Обед</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Суп картофельный с рыбой 200 гр.</li> <li>2. Рулет из говядины с яйцом и луком 70 гр.</li> <li>3. Свекла, тушенная в сметанном соусе 150 гр.</li> <li>4. Помидор свежий в нарезке 60 гр.</li> <li>5. Компот из св. яблок 180 гр.</li> </ol>

	5. Хлеб ржаной 45 гр.
	<b>Полдник уплотненный</b> 1. Омлет с зеленым горошком 150 гр. 2. Ватрушка с творогом 40 гр. 3. Чай с сахаром 180 гр. 4. Хлеб пшеничный 40 гр.