

Меню на сад 2, 4 неделя сентября

Понедельник	Завтрак 1. Каша пшеничная 200 гр 2. Молоко кипяченое 180 гр 3. Бутерброд с повидлом 55 гр.
	Второй завтрак 1. Яблоко 120 гр.
	Обед 1. Суп крестьянский 200 гр. 2. Макароны отварные с маслом 130 гр. 3. Огурец соленый в нарезке 60 гр. 4. Гуляш из отварной говядины 80 гр. 5. Компот из кураги 180 гр. 6. Хлеб ржаной 45 гр.
	Полдник уплотненный 1. Яйцо вареное 20 гр. 2. Картофельное пюре с морковью 150 гр. 3. Котлета из говядины 60 гр. 4. Чай с молоком 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 30 гр.
Вторник	Завтрак 1. Каша ячневая 200 гр. 2. Кофейный напиток 180 гр. 3. Бутерброд с маслом 25 гр.
	Второй завтрак 1. Сок виноградный 160 гр.
	Обед 1. Салат из свежих помидоров и огурцов 60 гр. 2. Борщ 200 гр. 3. Рыба фаршированная 80 гр. 4. Соус молочный 30 гр. 5. Каша гречневая вязкая 140 гр. 6. Компот из сухофруктов 180 гр. 7. Хлеб ржаной 45 гр.
	Полдник уплотненный 1. Винегрет овощной 100 гр. 2. Омлет натуральный 85 гр. 3. Булочка российская 50 гр. 4. Чай с лимоном 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 25 гр.
Среда	Завтрак 1. Суп молочный с пшеном 200 гр. 2. Яйцо вареное 20 гр. 3. Чай с сахаром 180 гр. 4. Бутерброд с маслом, сыром 40/5/15 гр.
	Второй завтрак

	<p>1.Мандарин 120 гр.</p> <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Рассольник Ленинградский 200 гр. 2. Птица тушеная с овощами 230 гр. 3. Салат из свежих помидор с луком 60 гр. 4. Кисель из свежей брусники 180 гр. 5. Хлеб ржаной 45 гр. <p>Полдник уплотненный</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пюре морковное 100 гр. 2.Вареники ленивые 100 гр. 3. Соус яблочный 30 гр. 4.Кефир 180 гр. 5.Хлеб пшеничный 30 гр. 6.Пряник 40 гр.
Четверг	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп молочный с гречневой крупой 200 гр. 2. Бутерброд с маслом 35 гр. 3. Чай с молоком 180 гр. <p>Второй завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Яблоко 120 гр. <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп из овощей 200 гр. 2. Плов из отварной говядины 180 гр. 3. Салат из свеклы 60 гр. 4. Сок яблочный 200 гр. 5. Хлеб ржаной 45 гр. <p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из кукурузы 50 гр. 2. Рыба запеченная в омлете 80 гр. 3. Картофельное пюре 150 гр. 4. Простокваша 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 30 гр. 6. Печенье 20 гр.
Пятница	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Макароны отварные с сыром 200 гр. 2. Бутерброд с маслом 35 гр. 3. Кофейный напиток 180 гр. <p>Второй завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Сок виноградный 160 гр. <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный 200 гр. 2. Соус сметанный 30 гр. 3. Запеканка из печени с рисом 160 гр. 4. Салат из свежего огурца 60 гр. 5. Компот из изюма 180 гр.

	5. Хлеб ржаной 45 гр.
	Полдник уплотненный <ol style="list-style-type: none">1. Морковь тушеная с яблоками 100 гр.2. Сырники из творога 100 гр.3. Сгущенное молоко 20 гр.4. Напиток из плодов шиповника 180 гр.5. Хлеб пшеничный 30 гр.