

Меню групп раннего возраста 1, 3
неделя октября

Понедельник	Завтрак 1. Суп молочный с геркулесом 160 гр 2. Молоко кипяченое 160 гр 3. Бутерброд с маслом 35 гр.
	Второй завтрак 1. Сок яблочный 160 гр.
	Обед 1. Щи с картофелем из свежей капусты 150 гр. 2. Каша рассыпчатая перловая 110 гр. 3. Огурец соленый в нарезке 40 гр. 4. Бефстроганов из отварной говядины 60 гр. 5. Компот из сухофруктов 150 гр. 6. Хлеб ржаной 36 гр.
	Полдник уплотненный 1. Овощная запеканка с молочным соусом 120/20 гр. 2. Котлета из говядины 60 гр. 3. Чай с лимоном 180 гр. 4. Хлеб пшеничный 20 гр. 5. Булочка молочная 30 гр.
Вторник	Завтрак 1. Каша рисовая 150 гр. 2. Какао 150 гр. 3. Бутерброд с маслом 35 гр.
	Второй завтрак 1. Яблоко 120 гр.
	Обед 1. Салат из свежих помидоров 40 гр. 2. Суп картофельный с фасолью 150 гр. 3. Шницель рыбный натуральный 70 гр. 4. Картофельное пюре 120 гр. 5. Кисель из плодов шиповника 150 гр. 6. Хлеб ржаной 36 гр.
	Полдник уплотненный 1. Огурец свежий в нарезке 40 гр. 2. Мясо тушеное с овощами 120 гр. 3. Пирог с повидлом 40 гр. 4. Чай с молоком 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 25 гр.
Среда	Завтрак 1. Суп молочный с манной крупой 150 гр. 2. Чай с сахаром 180 гр. 3. Бутерброд с маслом, сыром 30/5/10 гр.
	Второй завтрак

	<p>1. Банан 120 гр.</p> <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с клецками 150 гр. 2. Суфле куриное 60 гр. 3. Капуста тушенная 110 гр. 4. Салат из картофеля с помидорами 40 гр. 5. Компот из свежей брусники 150 гр. 6. Хлеб ржаной 36 гр. <p>Полдник уплотненный</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пюре морковное 100 гр. 2. Запеканка из творога 80 гр. 3. Соус яблочный 20 гр. 4. Кефир 150 гр. 5. Хлеб пшеничный 25 гр. 6. Зефир 25 гр.
Четверг	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша «Дружба» (рис, пшено) 150 гр. 2. Бутерброд с маслом 35 гр. 3. Кофейный напиток 180 гр. <p>Второй завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сок яблочный 160 гр. <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп гороховый 150 гр. 2. Картофельная запеканка с печенью 120 гр. 3. Соус сметанный 20 гр. 4. Салат из соленых огурцов с луком 40 гр. 5. Кисель из сока 150 гр. 6. Хлеб ржаной 36 гр. <p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тефтели из рыбы с творогом 60 гр. 2. Соус молочный 15 гр. 3. Капуста тушенная с яблоками 130 гр. 4. Яйцо вареное 20 гр. 5. Чай с лимоном 150 гр. 6. Хлеб пшеничный 30 гр. 7. Вафли 25 гр.
Пятница	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша пшенная 150 гр. 2. Бутерброд с маслом, сыром 20/5/10 гр. 3. Какао с молоком 180 гр. <p>Второй завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Груша 120 гр. <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с рыбой 150 гр. 2. Рулет из говядины с яйцом и луком 60 гр. 3. Свекла, тушенная в сметанном соусе 110 гр. 4. Помидор свежий в нарезке 40 гр. 5. Компот из св. яблок 150 гр.

	<p>5. Хлеб ржаной 36 гр.</p> <p>Полдник уплотненный</p> <ol style="list-style-type: none">1. Омлет с зеленым горошком 100 гр.2. Ватрушка с творогом 30 гр.3. Чай с сахаром 180 гр.4. Хлеб пшеничный 30 гр.
--	--