

Меню групп раннего возраста 2, 4
неделя октября

Понедельник	Завтрак 1. Каша пшеничная 160 гр 2. Молоко кипяченое 160 гр 3. Бутерброд с маслом 35 гр.
	Второй завтрак 1. Яблоко 120 гр.
	Обед 1. Суп крестьянский 150 гр. 2. Макароны отварные с маслом 130 гр. 3. Огурец соленый в нарезке 40 гр. 4. Гуляш из отварной говядины 60 гр. 5. Компот из кураги 150 гр. 6. Хлеб ржаной 36 гр.
	Полдник уплотненный 1. Яйцо вареное 20 гр. 2. Картофельное пюре с морковью 130 гр. 3. Котлета из говядины 60 гр. 4. Чай с молоком 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 30 гр.
Вторник	Завтрак 1. Каша ячневая 150 гр. 2. Кофейный напиток 180 гр. 3. Бутерброд с маслом, сыром 35 гр.
	Второй завтрак 1. Сок виноградный 120 гр.
	Обед 1. Салат из свежих помидоров и огурцов 40 гр. 2. Борщ 150 гр. 3. Рыба фаршированная 70 гр. 4. Соус молочный 20 гр. 5. Каша гречневая вязкая 110 гр. 6. Компот из сухофруктов 150 гр. 7. Хлеб ржаной 36 гр.
	Полдник уплотненный 1. Икра овощная 100 гр. 2. Омлет натуральный 65 гр. 3. Булочка российская 30 гр. 4. Чай с лимоном 180 гр. 5. Хлеб пшеничный 25 гр.
Среда	Завтрак 1. Суп молочный с пшеном 150 гр. 2. Яйцо вареное 20 гр. 3. Чай с сахаром 180 гр. 4. Бутерброд с маслом 35 гр.
	Второй завтрак

	<p>1.Мандарин 120 гр.</p> <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Рассольник Ленинградский 150 гр. 2. Птица тушеная с овощами 180 гр. 3. Салат из свежих помидор с луком 40 гр. 4. Кисель из свежей брусники 150 гр. 5. Хлеб ржаной 36 гр. <p>Полдник уплотненный</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пюре морковное 100 гр. 2.Вареники ленивые 80 гр. 3. Соус яблочный 30 гр. 4.Кефир 150 гр. 5.Хлеб пшеничный 30 гр. 6.Пряник 30 гр.
Четверг	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп молочный с гречневой крупой 150 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 овощей150 гр. 2. Рис припущенный 110 гр. 3. Пюре из говядины 60 гр. 4. Соус сметанный 25 гр. 5. Салат из свеклы 40 гр. 6. Сок яблочный 160 гр. 7. Хлеб ржаной 36 гр. <p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из зеленого горошка 30 гр. 2. Рыба запеченная в омлете 60 гр. 3. Картофельное пюре 150 гр. 4. Простокваша 160 гр. 5. Хлеб пшеничный 30 гр.
Пятница	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп молочный с вермишелью 200 гр. 2. Бутерброд с маслом, сыром 20/5/10 гр. 3. Кофейный напиток 150 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 150 гр. 2. Соус сметанный 30 гр. 3. Запеканка из печени с рисом 120 гр. 4. Салат из свежего огурца 40 гр. 5. Компот из изюма 150 гр.

	5. Хлеб ржаной 36 гр.
	Полдник уплотненный 1. Морковь тушеная с яблоками 100 гр. 2. Сырники из творога 80 гр. 3. Сгущенное молоко 20 гр. 4. Напиток из плодов шиповника 150 гр. 5. Хлеб пшеничный 30 гр.