

# ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ

## Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ
КАША ЖИДКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАША "ДРУЖБА" 150	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ЖИДКАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ 150	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 100	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 193/7
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 100	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 100	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАША ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ГРУША 100
ЯБЛОКО 100			ЧАЙ С САХАРОМ 180	БАНАН 100	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) 100	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЯБЛОКО 100	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ 200
II Завтрак									
СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200
Обед									
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 50	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) 50	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) 50	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 180	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 50
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 190/10/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/15/5	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 180	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/10/10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 175/15/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/20	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 180/10/10	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 170/15/15
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 200	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ 180	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 70/25	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 70	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 130	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ГОВЯДИНОЙ ИЗЕПЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 200	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/10
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/10	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ 180	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ 70	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 80/40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА) 140	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	РИС ОТВАРНОЙ 100	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50		МЯСО ОТВАРНОЕ 80	ГУЛЯШ (мясо говядины) 70	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 80/40
Полдник									
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 200	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ 200	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ 50	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА) 130	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 140	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ 130
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	ПЕЧЕНЬЕ 21	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 135	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180

ПЛОВ С ФАСОЛЬЮ 180	МЯСО ТУШЕНОЕ 50/20	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ 60	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ 60	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 60	МЯСО ОТВАРНОЕ 50	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15
	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 180	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 60			МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 130	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 70	ПРЯНИКИ 20		КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ 70
							КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНА 70		ПЕЧЕНЬЕ 25