

Сад/ ясли (время пребывания детей 10 часов 30 минут)

(в граммах)									
1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
Каша рисовая на густом молоке	Каша манная	Каша пшеничная	Вареники молочная	Каша овсяная «геркулес»	Макароны с сыром	Каша пшеничная молочная	Каша дружба (пшено-гречка)	Запеканка творожная с молочным соусом	Каша овсяная "Геркулес"
Кофейный напиток	Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток	Какао с молоком	Чай с лимоном	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком
Бутерброд с маслом	Батон обогащенный	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Батон обогащенный	Батон обогащенный	Бутерброд с маслом	Батон обогащенный	Батон обогащенный	Бутерброд с маслом
Второй завтрак									
Печенье, сок яблочный	Банан Сок Грушевый	Йогурт	Сок апельсиновый	Ряженка	Сок яблочный	Йогурт	Сок грушевый	Яблоко свежее	Ряженка
Обед									
Соленый огурец	Салат из белокочанной капусты с морковью до 1.03.2023	Огурец свежий	Салат овощной	Салат из горошка зеленого	Салат из свеклы	Салат из свеклы с зеленым горошком	Салат из белокочанной капусты с морковью	Огурец соленый	Салат из свеклы
Суп вермишелевый с мясом	Борщ с капустой, картофелем, курой со сметаной,	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	Суп картофельный с горохом, мясом и грибами	Суп из овощей с мясными фрикадельками	Рассольник с мясом со сметаной	Суп картофельный с клецками и курой	Суп рыбный со сметаной	Свекольник на мясном бульоне	Суп из овощей со сметаной
Овощное рагу с мясом	Гуляш из курицы	Запеканка картофельная с мясом	Котлета рыбная соус молочный	Шницель из печени с молочным	Котлета мясная с молочным	Шницель из печени с молочным	Тефтели из мяса птицы с сметанным	Голубцы ленивые	Плов из птицы

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
	Каша гречневая рассыпчатая		Пюре картофельное Капуста тушеная	соусом Картофельн. пюре с морковью	соусом Капуста тушеная	соусом Картофельн. пюре с мор-ковью, 160	соусом Макаронны		
Компот из смеси сухо-фруктов с витамином С	Компот из свежих яблок с витамином С	Напиток апельсинов. с витамином С	Кисель из черной смородины	Компот из смеси сухо-фруктов с витамином С	Напиток из плодов шиповника с витамином С	Компот из черной смородины и яблоком в.С	Компот из сухофруктов С	Компот из изюма	Кисель из черной смородины
Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный	Хлеб ржанопшеничный обогащенный
Полдник									
Пирожок с рисом и яйцом	Сырники из творога со сметанным соусом	Салат степной с зеленым горошком	Пряник	Омлет	Пирожок с повидлом	Винегрет овощной	Овощи тушеные с томатной пастой	Яйцо вареное, Салат из свежей моркови с сахаром	Рыба польски с соусом молочным, Пюре картофельное
	Батон обогащенный	Батон обогащенный	Яблоко	Батон обогащенный	Яблоко	Батон обогащенный	Батон обогащенный	Батон обогащенный	Батон обогащенный
Снежок	Чай с сахаром	Чай с молоком	Молоко	Сок яблочный	Снежок	Чай с сахаром	Кефир	Молоко	Сок мультифрукт