

11.09.2021



Десятидневное меню в зимний период

	завтрак	10 ч	обед	полдник
1/1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Хлеб ржаной с маслом и яйцом	Сок	Суп картофельный с бобовыми Котлета из мяса говядины Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витаминный	Сдоба обыкновенная Йогурт
1/2	Запеканка из творога Соус молочный сладкий Какао с молоком Хлеб ржаной с маслом	Яблоко	Суп-пюре из разных овощей Гренки (сухарики) Суфле из печени Каша рисовая рассыпчатая Напиток из шиповника Хлеб пшеничный	Пирожок печеный с фаршем из капусты и яйца Чай
1/3	Каша манная молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Хлеб ржаной с сыром	Сок	Борщ со сметаной Рагу из мяса кур Кукуруза консервированная Компот из кураги и изюма Хлеб пшеничный витаминный	Булочка творожная Чай с молоком
1/4	Суп молочный с крупой Какао с молоком Хлеб с маслом и яйцом	Банан	Суп из овощей со сметаной Суфле из овощей Рыба жареная Кисель из сухофруктов Хлеб пшеничный	Печенье Напиток витаминный
1/5	Каша ассорти молочная с маслом сливочным (рис-пшено) Кофейный напиток с молоком Хлеб ржаной с маслом	Сок	Рассольник с крупой и сметаной Запеканка картофельная с отварным мясом говядины Соус молочный Салат из капусты с маслом растительным Компот из сухофруктов и шиповника Хлеб пшеничный витаминный	Пирожок печеный из дрожжевого теста с рыбным фаршем Молоко
2/1	Омлет запеченный Кофейный напиток с молоком Горошек зеленый Хлеб ржаной с маслом и сыром	Сок	Щи из свежей капусты со сметаной Плов из мяса говядины Соус молочный Компот из кураги и изюма Хлеб пшеничный витаминный	Ватрушка со сметаной Снежок
2/2	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Какао с молоком Хлеб ржаной с маслом и яйцом	Яблоко	Суп-пюре гороховый Гренки (сухарики) Биточек из мяса говядины Каша гречневая рассыпчатая с овощами Напиток из шиповника Хлеб пшеничный	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом Чай
2/3	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Хлеб ржаной с маслом	Сок	Свекольник со сметаной Печень по-строгановски Макаронные изделия отварные Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витаминный	Сдоба Майская Молоко
2/4	Суфле творожное Какао с молоком Хлеб ржаной с маслом Салат из свежих огурцов с р/м	Банан	Суп картофельный с макаронными изделиями Тефтели рыбные в соусе Картофельное пюре Компот из сухофруктов и шиповника Хлеб пшеничный	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из моркови и яйца Чай с молоком
2/5	Суп молочный с лапшой Кофейный напиток с молоком Хлеб ржаной с сыром	Сок	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной Тефтели из мяса говядины Свекла тушеная в сметанном соусе Компот из чернослива и изюма Хлеб пшеничный витаминный	Пряник Напиток витаминный