

Меню групп раннего возраста на
период с 15.11.2021 по 19.11.2021

Понедельник	Завтрак 1. Каша манная 150 гр 2. Кофейный напиток 150 гр 3. Печенье 20 гр.
	Второй завтрак 1. Фрукты 71 гр.
	Обед 1. Суп крестьянский 150 гр. 2. Каша гречневая 100 гр. 3. Салат из сол. Огурцов 40 гр. 4. Пюре из говядины 70 гр. 5. Сок фруктовый 150 гр. 6. Хлеб ржаной 40 гр.
	Полдник 1. Булочка сдобная 30 гр. 2. Напиток из шиповника 160 гр.
	Ужин 1. Овощная запеканка с молочным соусом 130/30 гр. 2. Фрикадельки из говядины 80 гр. 3. Чай 150 гр. 4. Хлеб пшеничный 20 гр.
Вторник	Завтрак 1. Каша рисовая 150 гр. 2. Какао 150 гр. 3. Бутерброд с маслом, сыром 25/5/8 гр.
	Второй завтрак 1. Фрукты 71 гр.
	Обед 1. Салат из свежей капусты , помидоров и огурцов 40 гр. 2. Суп картофельный 150 гр. 3. Шницель рыбный 70 гр. 4. Картофельное пюре 130 гр. 5. Компот с курагой 150 гр. 6. Хлеб ржаной 40 гр.
	Полдник 1. Пряник 25 гр. 2. Молоко 160 гр.
	Ужин 1. Икра овощная 120 гр. 2. Пирог открытый с яблочным фаршем 60 гр. 3. Чай с молоком 150 гр. 4. Хлеб пшеничный 15 гр.
Среда	Завтрак 1. Каша овсяная 150 гр. 2. Чай с молоком 150 гр. 3. Бутерброд с маслом 25/5 гр.
	Второй завтрак

	<p>1.Фрукты 71 гр.</p> <p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп с клецками 150 гр. 2. Суфле из курицы 70 гр. 3. Капуста тушеная с яблоками 130 гр. 4. Компот с изюмом 150 гр. 5. Хлеб ржаной 40 гр. <p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Плюшка «Московская» 45 гр. 2. Простокваша 160 гр. <p>Ужин</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из моркови 100 гр. 2.Лапшевник с творогом 130 гр. 3 Соус яблочный 30 гр. 4.Сок 150 гр. 5.Хлеб пшеничный 15 гр.
Четверг	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша «Дружба» (рис, пшено) 150 гр. 2. Бутерброд с маслом, сыром 25/5/8 гр. 3. Кофейный напиток 150 гр.
	<p>Второй завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Фрукты 71 гр.
	<p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп гороховый с гренками 150 гр. 2. Картофель в молоке 130 гр. 3. Кнели из говядины 70 гр. 4. Салат из свежей капусты с морковью 40 гр. 5. Кисель из сока 150 гр. 6. Хлеб ржаной 40 гр.
	<p>Полдник</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Шанежка наливная 45 гр. 2.Кефир 160 гр. <p>Ужин</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пудинг рыбный запеченный в молочном соусе 75/15 гр. 2. Пюре из овощей 150 гр. 3. Чай с молоком 150 гр. 4. Хлеб пшеничный 20 гр. 5. Огурец свежий 25 гр.
Пятница	<p>Завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша пшеничная 150 гр. 2. Бутерброд с маслом 25/5 гр. 3. Какао 150 гр.
	<p>Второй завтрак</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Фрукты 71гр.
	<p>Обед</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Суп картофельный с рыбой 150 гр. 2. Рулет из говядины с яйцом, помидор 70/5/40 гр. 3. Свекла, тушеная в сметанном соусе 130/30 гр. 4. Компот из св. яблок 150 гр.

	5. Хлеб ржаной 40 гр.
	Полдник 1. Булочка «Российская» 45 гр. 2. Молоко 160 гр.
	Ужин 1. Салат из моркови с курагой 120 гр. 2. Сырники из творога 100 гр. 3. Сгущенное молоко 20 гр. 4. Сок 150 гр. 5. Хлеб пшеничный 15 гр.