



МЕНЮ

7-11 лет 5 разовое О

| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день |
|---|--|-------------------------------------|--|---|------------------------------------|
| Завтрак | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ 210 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 220 | КАША "ДРУЖБА" 250 | ОМЛЕТ С СЫРОМ 200 | СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 250 |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 20/5/15 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 15 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 50 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40 |
| КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 30 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60 | ЯБЛОКО 150 | ЧАЙ С САХАРОМ 200/10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 |
| Обед | | | | | |
| МОРКОВЬ ПОРЦИОННАЯ 60 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 80 | ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 100 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 80 | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 80 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 80 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 200 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 200 | СУП ЛАПША 200 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 200 | СУП С БОБОВЫМИ 200 |
| ГУЛЯШ 50/30 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ 100 | ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 200 | РЫБА ЖАРЕНАЯ 100 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ 80 | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 200 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ 150 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200 |
| КИСЕЛЬ 200 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫ Й 60/60 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 200 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫ Й 50/60 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫ Й 40/60 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫ Й 40/50 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫ Й 60/60 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫ Й 50/80 | |
| Полдник | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 170 | БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ 70 | ПЕЧЕНЬЕ 20 | КАРАЛЬКА ИЗ ТВОРОГА 60 | БАНАН 200 | БАНАН 200 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | ЯБЛОКО 160 | ГРУША 150 | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 |
| | | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | | |

| Ужин 1 | | | | | |
|------------------------------------|--|------------------------------------|------------------------------------|---|--------------------------------------|
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 80 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 80 | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯЙЦОМ 80 | САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 100 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 100 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100 |
| РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 80 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200 | ПЛОВ 200 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 200 | ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 200 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ 200 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ЯГОД 200 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 200/10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНО Й 40/30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНО Й 30/20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНО Й 50/20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНО Й 30/20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНО Й 50/30 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНО Й 30/40 | | | | | |
| Ужин 2 | | | | | |
| КЕФИР 150 | ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 150 | ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 150 | КЕФИР 150 | ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 150 | КЕФИР 150 |



МЕНЮ

7-11 лет 5 разовое О

| 7 день | 8 день | 9 день | 10 день | 11 день | 12 день |
|---|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|--|
| Завтрак | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 200 | КАША "ДРУЖБА" 230 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ 200 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200 | СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 250 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ 200 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 20 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 40 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40 | БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 60 |
| ЯБЛОКО 160 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ 200/10 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 | ЧАЙ С САХАРОМ 200/10 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ЯБЛОКО 160 | БАНАН 200 | ЯБЛОКО 160 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | |
| | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 80 | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННАЯ 60 | МОРКОВЬ ТЕРТАЯ 80 | ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ 100 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 80 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" 80 |
| СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СУХАРИКАМИ 200 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 200 | СУП РЫБНЫЙ С КРУПОЙ 250 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 200 | СУП С БОБОВЫМИ 200 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200 | ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 90 | АЗУ 200 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 70 | ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 80 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 80 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 200 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ 150 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150 | КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ 60/60 | КИСЕЛЬ 200 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ 50/80 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 200 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ 60/80 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ 60/70 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ 60/80 | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ПШЕНИЧНЫЙ 60/80 |
| Полдник | | | | | |

| | | | | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------|------------------------------|
| СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 150 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ 200 | КАРАЛЬКА ТВОРОЖНАЯ 80 | ПЕЧЕНЬЕ 40 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | ЯБЛОКО 160 | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | БАНАН 200 |
| | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 | | | | СОК ФРУКТОВЫЙ 200 |
| Ужин 1 | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 100 | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СЕЛЬДЬЮ 80 | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ С ЯЙЦОМ 80 | ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ 100 | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯЙЦОМ 100 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ 220 | КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ 70 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 80 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 200 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 100 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7 | ЧАЙ С САХАРОМ 200/10 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 200 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНО Й 30/20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНО Й 30/20 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 185/15/7 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНО Й 30/20 | ЧАЙ С САХАРОМ 200/10 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНО Й 30/20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ /РЖАНО Й 30/20 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/РЖАНО Й 30/20 |
| Ужин 2 | | | | | |
| КЕФИР 150 | ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 150 | ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 150 | КЕФИР 160 | РЯЖЕНКА 150 | ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ 150 |
| | ПЕЧЕНЬЕ 15 | | | | |