



Примерное 10ти дневное меню

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНОЙ ЖИДКАЯ	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	КАША "АССОРТИ"	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СТУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ
БАТОН НАРЕЗНОЙ	ЧАЙ С САХАРОМ (1-й ВАРИАНТ)	БАТОН НАРЕЗНОЙ	БАТОН НАРЕЗНОЙ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	БАТОН НАРЕЗНОЙ	БАТОН НАРЕЗНОЙ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	БАТОН НАРЕЗНОЙ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	КАКАО С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	ЧАЙ С САХАРОМ (2-й ВАРИАНТ)	КАКАО С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ	КАКАО С МОЛОКОМ
II Завтрак									
БАНАНЫ СВЕЖИЕ	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	КЕФИР	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	КЕФИР	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	КЕФИР	СОК ЯБЛОЧНЫЙ
Обед									
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	ОГУРЦЫ НАТУРАЛЬНЫЕ	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СВЕЖИМИ	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	СУП-ЛАПША НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	БОРЩ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕННЫМ ОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	УХА РЫБАЦКАЯ	СУП КРЕСТЯНСКИЙ С КРУПНОЙ СО СМЕТАНОЙ	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	ВИТЧОК ИЗ МЯСА КУР ПРИПУЩЕННЫЕ	ВИТЧОК ПАРОВЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЕЖИКИ") С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	КНЕПЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	СУФЛЕ ИЗ КУР С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ С КАПУСТОЙ ТУШЕНОЙ)	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ
ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ
	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ФРУКТОВЫЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ФРУКТОВЫЙ	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ЯБЛОК	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ФРУКТОВЫЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ
Последних уплотненный									

РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СТУЩЕННЫМ	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	ОМЛЕТ С СЫРОМ	САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ
ПИРОЖКИ С ПЕЧЕНЬЮ И ЯЙЦОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ПИРОЖКИ С ПЕЧЕНЬЮ И РИСОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ
ХЛЕБ РЖАНОЙ 3	ПЕЧЕНЬЕ	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ГРУШИ СВЕЖИЕ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ПЕЧЕНЬЕ	ПЕЧЕНЬЕ
КЕФИР	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-й ВАРИАНТ)	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	КЕФИР	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-й ВАРИАНТ)	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ В АССОРТИМЕНТЕ