



БЕРЕЖНОЕ ПИТАНИЕ МАЛЫША

2-я неделя

Завтрак

Второй завтрак

Обед

Полдник

Ужин

Понедельник

 Каша гречневая - 200 г
 Чай - 200 мл

 Сезонные фрукты
 Сушки

 Суп-лапша с фрикадельками - 180 г
 Пюре картофельное - 130 г
 Тефтеля куриная - 60 г
 Салат из огурцов и капусты - 30 г
 Компот из вишни - 200 мл
 Хлеб - 25 г

 Круассан с джемом - 80 г
 Чай - 200 мл

 Макароны - 100 г
 Котлета куриная - 60 г
 Хлеб - 25 г

Вторник

 Оладьи - 80 г
 Сгущёнка - 30 г
 Чай - 200 мл

 Сезонные фрукты
 Сушки

 Борщ - 180 г
 Кус-кус - 100 г
 Котлета рыбная - 50 г
 Салат из огурцов и помидоров - 40 г
 Компот из сухофруктов - 200 мл
 Хлеб - 25 г

 Слойка с вишней - 70 г
 Чай - 200 мл

 Гречка по-купечески - 150 г
 Хлеб - 25 г

Среда

 Яйцо отварное - 50 г
 Бутерброд с маслом - 30 г
 Чай - 200 мл

 Сезонные фрукты
 Сушки

 Суп-пюре тыквенный - 180 г
 Сухарики - 15 г
 Запеканка картофельная с мясом - 150 г
 Салат из свёклы и яблока - 30 г
 Компот из чёрной смородины - 200 мл
 Хлеб - 25 г

 Блинчики - 80 г
 Повидло - 10 г
 Чай - 200 мл

 Макароны - 100 г
 Печень по-строгановски - 80 г
 Хлеб - 25 г

Четверг

 Сырники - 80 г
 Повидло - 10 г
 Чай - 200 мл

 Сезонные фрукты
 Сушки

 Щи из свежей капусты - 180 г
 Ризотто с овощами - 100 г
 Гуляш из говядины - 60 г
 Салат из огурцов и помидоров - 40 г
 Отвар шиповника - 200 мл
 Хлеб - 25 г

 Запеканка творожная - 80 г
 Сгущёнка - 10 г
 Чай - 200 мл

 Рагу с куриным мясом - 150 г
 Хлеб - 25 г

Пятница

 Блинчики - 80 г
 Сгущёнка - 10 г
 Чай - 200 мл

 Сезонные фрукты
 Сушки

 Рассольник - 180 г
 Плов с курицей - 150 г
 Салат из капусты и моркови - 30 г
 Компот фруктово-ягодный - 200 мл
 Хлеб - 25 г

 Оладьи - 80 г
 Повидло - 10 г
 Чай - 200 мл

 Картофель по-деревенски - 100 г
 Котлета куриная - 60 г
 Хлеб - 25 г