Примерное 10-дневное меню для детей, посещающих структурное подразделение МБОУ «Сервинская ООШ» «Детский сад д. Малая Серва» в весенне-летний период

Название блюд	Объём порций (г)		Название блюд	Объём порций (г)		Название блюд	Объём порций (г)		Название блюд	Объём порций (г)		Название блюд	Объём порций (г)	
ДЕНЬ 1	**возраст**		**ДЕНЬ 2**	**возраст**		**ДЕНЬ 3**	**возраст**		**ДЕНЬ 4**	**возраст**		**ДЕНЬ 5**	**возраст**	
	1,5-3	**3-7**		**1,5-3**	**3-7**		**1,5-3**	**3-7**		**1,5-3**	**3-7**		**1,5-3**	**3-7**
Завтрак			**Завтрак**			**Завтрак**			**Завтрак**			**Завтрак**		
Каша гречневая	150	200	каша пшенная молочная	150	200	каша ячневая молочная	150	200	Каша дружба	150	200	каша манная молочная	150	200
Какао с молоком	170	170	кофейный напиток с молоком	170	170	какао с молоком	170	170	кофейный напиток с мол.	170	170	Какао с молоком	170	170
Бутерброд с маслом	30	30	Бутерброд с маслом	30	30	Бутерброд с сыром	35	35	Бутерброд с маслом	30	30	бутерброд с повидлом	40	40
Второй завтрак			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**		
Фрукты св./сок фруктовый	100	100	Фрукты св./сок фруктовый	100	100	Фрукты св./сок фруктовый	100	100	Фрукты св./сок фруктовый	100	100	Фрукты св./сок фруктовый	100	100
Обед			**Обед**			**Обед**			**Обед**			**Обед**		
Яйцо вареное	20	30	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	50	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	50	Салат из свеклы с сыром	30	50	Салат карт. с зел. горошком	30	50
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	Борщ с капустой и картофелем	150	200	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	Рассольник домашний	150	200	Суп с рыбными консервами	150	200
Тефтели мясные	50	70	макароны отварные	110	130	Плов из курицы	150	200	Суфле рыбное	50	70	котлеты, биточки говяжьи	50	70
Рис отварной	110	130	Котлеты, биточки куриные	50	70				Пюре картофельное	110	130	Рагу из овощей	110	130
Компот из сухофруктов	150	200	Кисель из концентрата	150	200	Компот из плодов или ягод сушеных	150	200	Кисель			Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшен/рж.	45/30	45/37	Хлеб пшен/рж.	45/30	45/37	Хлеб пшен/рж	45/30	45/37	Хлеб пшен/рж	45/30	45/37	Хлеб пшен/рж	45/30	45/37
Полдник			**Полдник**			**Полдник**			**Полдник**			**Полдник**		
Суп молочный с мак. изделиями	150	180	Оладьи с джемом	100	150	Макароны отв. с сыром	130	150	Творожная запеканка с повидлом	130	150	Омлет натур.	130	150
Кондитерские изд.	20	30				Кондитерские изд.	20	30				Кондитерские изд.	20	30
Чай с сахаром и лимоном	150	200	Кефир	150	200	Чай с сахаром и молоком	150	200	Чай с сахаром и лимоном	150	200	Чай с сахаром и молоком	150	200
Хлеб пшен	20	20												

Название блюд	Объём порций (г)		Название блюд	Объём порций (г)		Название блюд	Объём порций (г)		Название блюд	Объём порций (г)		Название блюд	Объём порций (г)	
ДЕНЬ 6	**возраст**		**ДЕНЬ 7**	**возраст**		**ДЕНЬ 8**	**возраст**		**ДЕНЬ 9**	**возраст**		**ДЕНЬ 10**	**возраст**	
	1,5-3	**3-7**		**1,5-3**	**3-7**		**1,5-3**	**3-7**		**1,5-3**	**3-7**		**1,5-3**	**3-7**
Завтрак			**Завтрак**			**Завтрак**			**Завтрак**			**Завтрак**		
Каша овсяная из "Геркулеса"	150	200	Каша пшеничная молочная	150	200	каша рисовая молочная	150	200	каша пшенная молочная	150	200	каша манная молочная	150	200
кофейный напиток на молоке	170	170	какао с молоком	170	170	Кофейный напиток с молоком	170	170	Какао с молоком	170	170	Кофейный напиток с молоком	170	170
Бутерброд с маслом	30	30	Бутерброд с сыром	35	35	Бутерброд с повидлом	40	40	Бутерброд с маслом	30	30	Бутерброд с сыром	35	35
Второй завтрак			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**			**Второй завтрак**		
Фрукты св./сок фруктовый	100	100	Фрукты св./сок фруктовый	100	100	Фрукты св./сок фруктовый	100	100	Фрукты св./сок фруктовый	100	100	Фрукты св./сок фруктовый	100	100
Обед			**Обед**			**Обед**			**Обед**			**Обед**		
Салат карт. с сол.огурцами и зел.горошком	30	50	Винегрет овощной	30	50	Салат картофельный с луком	30	50	Салат из свеклы с солеными огурцами	30	50	Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	50
Суп картофельный с бобовыми	150	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	суп-пюре из разных овощей	150	200	щи из свежей капусты с картофелем	150	200	борщ с капустой и картофелем	150	200
Тефтели из говядины с рисом («ёжики»)	50	70	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	Голубцы ленивые	180	200	пюре картофельное	110	130	Картофельная запеканка с мясом	130	150
макароны отварные	110	130	Курица отварная в томатном соусе	50	70				Тефтели рыбные	50	70			
Компот из сухофруктов	150	200	Кисель из концентрата	150	200	Компот из сухофруктов	150	200	Кисель из концентрата	150	200	Компот из плодов или ягод сушеных	150	200
Хлеб пшен/рж	45/30	45/37	Хлеб пшен/рж	45/30	45/37	Хлеб пшен/рж	45/30	45/37	Хлеб пшен/рж	45/30	45/37	Хлеб пшен/рж	45/30	45/37
Полдник			**Полдник**			**Полдник**			**Полдник**			**Полдник**		
Суп молочный с крупой рис.	150	180	Запеканка рисовая с изюмом	130	150	Макароны, запеченные с яйцом	130	150	Сырники из творога с повидлом	130	150	Шанежка наливная с яйцом	50	50
Кондитерские изд.	20	30	Кондитерские изд	20	30	Булочка «Домашняя»	50	50						
Чай с сахаром и лимоном	150	200	Чай с сахаром и молоком	150	200	Чай с сахаром и лимоном	150	200	Чай с сахаром и молоком	150	200	Йогурт	150	200
Хлеб пшен	20	20												