

МЕНЮ

I тиждень

Для дітей 1-3 та 4-6 років.

Затверджено
завідуючою закладу
Янушкевич С.О.

Понедельник

Breakfast	Fruit lunch	Dinner	Evening meal	Light snack
Каша манная с ягодами – 200/220г (масло - 5г, сахар - 5г) Хлеб пшеничный – 30г с маслом - 10 г Чай с ромашкой и лимоном - 150мл	Ассорти фруктовое (яблоко, банан, слива, киви) - 100/120 г	Суп с вермишелью и фрикадельками (фарш куриный - 30 г) – 200/250 мл Рагу овощное – картофель, морковь, капуста, (бобовые - 20 г, растительное масло - 5 г) - 100/120 г Хлебцы – ржаные - 30 г Кисель – 100/150 мл	Бефстроганов из телятины со сметанным соусом (мясо - 60 г, сметана - 5 г) Рис отварной - 100/120 г с маслом - 5 г Салат свекольный - 50 г/75 г Фиточай детский противопростудный -150 мл	Ряжанка 2,5% - 100 мл/150 мл Булочка домашняя - 40-60 г

Вторник

Breakfast	Fruit lunch	Dinner	Evening meal	Light snack
Каша зерновая (смесь хлопьев зерновых) - 60 г /80 г с молоком – 100/120мл мл. (масло сливочное - 5 г сахар - 5 г) Хлеб пшеничный - 30 г с маслом - 10 г Чай зеленый с апельсином и мятой - 150 мл	Сухарик с изюмом- 30 г Сок яблочный -100/150 мл	Борщ украинский с телятиной – 200/ 250 мл Чеснок - 1/4 зубчика Сметана – 10 г Хлеб ржаной - 30 г Весёлые макарошки Салат из квашеной капусты - 50 г/75г ,растительное масло - 5 мл) Компот фруктовый - 100/150 мл	Котлета по-домашнему - 50 г Каша ячневая 100/ 120 г с маслом - 5 г Хлеб ржаной - 30 г Огурчик соленый – 50/75 г Чай с липой и мятой -100/150 мл	Чай черный с молоком – 150мл Оладьи – 50-60 г со сметаной (10 г)

Среда

Breakfast	Fruit lunch	Dinner	Evening meal	Light snack
Омлет с зеленью - 80 г Каша булгур - 100/120 г(масло - 5 г) Печенье галетное - 40г Молоко - 100 мл	Фруктово – овощной микс (яблоко, морковь) – 100/150 г	Суп с гречневой крупой – 200/250 мл Тефтели в томатном соусе с тушеными овощами – 120/150 г Лук репчатый– 10 г Хлеб ржаной - 30 г Фруктовый компот 100/150 мл	Рыба печеная (минтай) - 80/100 г Каша пшеничная - 100/120г Хлеб ржаной – 30 г Свекла - 60/80 г Чай с ягодами -150 мл	Фруктовый компот 100/150 мл Роголики – 40-60 г

Четверг

Breakfast	Fruit lunch	Dinner	Evening meal	Light snack
Каша рисовая молочная (каша - 100/120 г, молоко – 100/120 мл (масло - 5 г, сахар - 5 г) Хлеб пшеничный - 30 г с маслом 10 г и сыром(сыр мягкий -20 г) Чай с лесными ягодами - 150 мл	Яблоко печеное с изюмом – 100 -120 г	Суп овощной с бобовыми (картофель, капуста цветная, белокачанная, морковь, кабачок - 20 г) на курином бульйоне - 200 - 250 мл Хлеб пшеничный - 30г Картофельное пюре (100/120 г) с куриной печенью (30 г) Кисель фруктово-ягодный -150 мл	Творожная запеканка (150/180 г) Варенье - 10г Цикорий с молоком – 100 мл	Кефир 2,5% - 100 мл Слойки с вареньем – 40/60 г

Пятница

Breakfast	Fruit lunch	Dinner	Evening meal	Light snack
Ленивые вренки 180/200 г Соус сметанный – 10 г Чай с ягодами -150 мл	Смузи фруктовый (банан-яблоко-киви) – 100/150 г	Овощной суп с цветной капустой и брокколи 200-250 г Лук репчатый - 10г Оладушки морковные 120/150 г Сухарики из ржаного хлеба -30 г Компот фруктовый -150 мл	Котлета куриная - 50 г Каша ячневая с маслом 100/120 г (масло -5 г) Огурчик соленый - 50/75 Хлеб зерновой-30г Фиточай детский противопростудный -150 мл	Манный пудинг-50 г Какао-100мл

Примітка. Вага готового продукту в залежності від віку 1-3 / 4-6 років. Наприклад : каша 100г/120г.