

МЕНЮ

III тиждень

Для дітей 1-3 та 4-6 років.

Затверджено
завідуючою закладу
Янушкевич С.О.

Понедельник

| Breakfast | Fruit lunch | Dinner | Evening meal | Light snack |
|---|---|---|--|---|
| Омлетик духовой - 120/150г печенье галетное - 20 г молоко - 100мл | Смузи киви - банан - лимон - 100/150 г | Суп - пюре "6 овощей" – 200/250 мл Лук репчатый - 10г Хлеб серый - 30 г Картофельные зразы - 50/75г Компот фруктовый – 100/150 мл | Макароны по флотски с индюшатиной 170/190г (Макароны - 80/100г, мясо - 50г, морковь, лук - 10г, масло растительное - 5г, масло сливочное - 5г.) Хлеб пшеничный - 30г Компот фруктовый - 100/150 мл | Йогурт детский - 100мл Ватрушка с творогом - 40г |

Вторник

| Breakfast | Fruit lunch | Dinner | Evening meal | Light snack |
|---|---------------------------------------|--|---|--|
| Каша зерновая (смесь хлопьев зерновых) - 100 г /120 г с молоком – 100/120мл мл. (масло сливочное - 5 г сахар - 5 г) Хлеб пшеничный - 30 г с маслом - 10 г Чай травяной с мелисой - 150 мл | Печеное яблоко с изюмом- 100/120 г | Суп рисовый с фрикадельками – 200/ 250 мл Сухарики - 30 г Винигрет - 50 г/75г с растительным маслом - 5 мл) Фиточай успокаивающий - 100/150 мл | Каша рисовая с яблоками и цукатами - 120/150 (рис - 90/110 г, яблоки + цукаты - 30/40, сливочное масло-5г,сахар- 5г) Сыр твердый - 20г Хлеб ржаной - 30 г с маслом - 10г Цикорий с молоком -100 мл | Домашняя выпечка - 50-60г Чай зеленый с лимоном - 100/150 мл |

Среда

| Breakfast | Fruit lunch | Dinner | Evening meal | Light snack |
|---|---|--|--|---|
| Творожники -100/120г Хлеб пшеничный 30 г с маслом - 10г Какао с молоком - 100мл | Ассорти фруктовое (яблоко, банан, киви) – 100/120 г | Суп овощной с пшонной крупой – 200/250 мл Макаронки - 100/120г Печеночные оладушки – 75/100 г Лук репчатый – 10 г Хлеб ржаной - 30 г Компот фруктовый 100/150 мл | Картофельное пюре с куриным мясом - 150/170г Хлеб светлый - 30г Чай с черным с сахаром -150 мл | Бисквит домашний -40/50г с яблочным джемом-10/20г - Компот фруктовый - 100/150 мл |

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 | Фруктово-овощной микс (яблоко, морковь с сахаром-5г) – 100 -150 г | Гречневый суп на курином бульоне (картофель, гречка, капуста цветная, морковь, лук - 20 г) - 200 - 250 мл Хлебцы ржаные - 30г Жаркое (100/120 г) с телятиной (30 г) Фиточай общеукрепляющий - 150 мл | Пеленгас в духовке с овощами - 100/120 г (рыба - 60/70г, овощи - 40/50г) Салат из квашеной капусты и огурчиками - 60/80 г Хлеб ржаной - 30г Чай облепиховый – 150 мл | Пирожки\Рогалики - 40-50г джем - 10г Ряженка 2,5% - 100 мл |

Пятница

| Breakfast | Fruit lunch | Dinner | Evening meal | Light snack |
|--|--|---|--|---|
| Блинчики - 100/120 г с бананом - 30/50г Соус сметанный – 10 г Чай черный с лимоном - 150 мл | Сок яблочный –100/120мл Пряники - 30г | Гороховый суп - 200-250 г Хлеб пшеничный - 30г Лук репчатый - 10г Запеканка рисовая с творогом - 50 г Узвар - 150мл | Паровая котлета (телятина) - 50 г Каша пшонная с маслом 100/120 г (масло -5 г) Винигрет- 50/75 Хлеб зерновой-30г Чай зеленый с лимоном -150 мл | Молочный пудинг / домашняя выпечка - 50г Узвар - 100/150 мл |

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