

№6 10 дневное меню ЗОП

Эт версидею *Девлет / Муралиддина Г.Т.*

День 1 - ый	День 2- ой	День 3 - ий	День 4 - ый	День 5 - ый	День 6 - ой	День 7 - ой	День 8 - ой	День 9 - ый	День 10 - ый
-------------	------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	--------------

ЗАВТРАК

Каша "Дружба" молочная	Каша полбяная молочная	Каша кукурузная молочная	Омлет натуральный	Суп молочный с геркулесовой крупой	Каша рисовая молочная	Каша пшенная молочная	Каша манная молочная	Каша пшеничная молочная	Каша Геркулесовая молочная
Масло сливочное порционно	Масло сливочное порционно	Масло сливочное порционно			Масло сливочное порционно	Масло сливочное порционно	Масло сливочное порционно	Масло сливочное порционно	Масло сливочное порционно
Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком, сахаром	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком, сахаром	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком, сахаром	Кофейный напиток с молоком
Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	Бутерброд с маслом сливочным	Бутерброд с сыром, маслом сливочным

2 - ой ЗАВТРАК

СОК	ЯБЛОКО	СОК	АПЕЛЬСИН	СОК	ЯБЛОКО	СОК	СОК	ЯБЛОКО	СОК
ПЕЧЕНЬЕ/КРЕКЕР		ВАФЛИ		ПЕЧЕНЬЕ		ПЕЧЕНЬЕ/КРЕКЕР	ВАФЛИ		ПЕЧЕНЬЕ

ОБЕД

Салат из припущенной моркови с яблоками	Салат картофельный с сол огурцами	Салат из зеленого горошка к/с	Салат из квашенной капусты	Салат из свеклы отварной с маслом растит	Салат из соленых огурцов с луком	Салат из овощей с морской капустой	Винегрет с солеными огурцами	Салат из свеклы отварной маслом растит	Салат из кукурузы к/с
Суп со ЗВЕЗДОЧКАМИ с картоф с куриными фрикал	БОРЩ со св капустой, картоф с мясными фрикал, со сметаной	Суп картоф с ПШЕННОЙ крупой на к/б с мясом птицы	Суп картоф ГОРОХ на курином бульоне	Суп из ОВОЩЕЙ с курин фрикал, со сметаной	Суп картоф с ВЕРМИШЕЛЬЮ на курином бульоне	Суп КАРТОФЕЛЬНЫЙ с мясными фрикал	ЩИ со св капустой с картоф, с мясными фрикал, со сметаной	РАССОЛЬНИК ленинградский с говядиной, со сметаной	СУП-ЛАПША домашняя на к/б
Котлеты рубленые из говядины	Тефтели РЫБные в сметанном соусе	Фрикадельки мясные в молоч соусе	Птица, тушенная в соусе с овощами	Суфле РЫБное	Жаркое из птицы по-домашнему	Биточки рубленые из РЫБЫ	Тефтели куриные в сметанно-томатном соусе	Пудинг РЫБный	Биточки "Домашние"
Капуста тушенная	Пюре Картофельное	Макаронные изделия отвар с маслом слив		Рис отварной рассыпчатый с маслом слив		Каша гречневая рассып с овощами, с маслом слив	Макаронные изделия отвар с маслом сливочным	Пюре Картофельное	Овощное рагу
Компот из свежемороженных ФРУКТОВ	Кисель	Напиток из КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ	Компот из свежемороженных ФРУКТОВ	Напиток из ЯБЛОК	Напиток из АПЕЛЬСИНОВ	Напиток из КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ	Компот из ИЗИОМА	Компот из свежемороженных ФРУКТОВ	Кисель
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной

ПОЛДИК

КЕФИР с сахаром	РЯЖЕНКА	МОЛОКО кипяченое	ЙОГУРТ	МОЛОКО кипяченое	КАТЫК	КЕФИР с сахаром	МОЛОКО кипяченое	ЙОГУРТ	МОЛОКО кипяченое
БУЛОЧКА дорожная	Запеканка ТВОРОЖная с повидлом	Картофель запеченный дольками	БУЛОЧКА с сахаром	Пудинг ТВОРОЖный со сгущен молоком	ПИРОЖОК печеный с повидлом	Шарлотка с ЯБЛОКАМИ	СЛОЙКА сладкая	Запеканка рисовая с ТВОРОГОм	Шанежка наливная
Омлет с сыром							Омлет натуральный		
Хлеб пшеничный							Хлеб пшеничный		