

2 неделя

	Наименование	Норма порции для детей в возрасте 7-12 лет	Норма порции для детей в возрасте 15-18л	Ингредиенты
1 день	Каша молочная ячневая Хлеб с маслом Сыр Компот Мед Яблоко сузбеше	200 гр 20гр 5 гр 10 гр 200мл 13гр 150 гр. 50гр	300 гр 35гр 5 гр 15 гр 200 мл 13 гр 250 гр 75 гр	Молоко, вода, соль йод., масло слив, крупа ячневая Хлеб, масло слив ,пром. Сыр Сухофрукты, вода, сахар Мед Яблоко сузбеше
2 день	Борщ Макароны с мясом Хлеб с маслом чай Яблоко Творог Мед	200гр 150гр 20 гр. 5 гр 200гр 100гр 50гр 12 гр	250 мл 200 гр 35гр 5 гр 200 мл 150гр 75 гр 12 гр	Кост. Бульон, капуста, лук, масло раст., картоф.,вода,сол манароны, мясо кур, лук. Хлеб, масло слив. Чай Яблоко Творог мед
3 день	Гарнир перловка Котлета рыбная Винегрет Сыр Хлеб Мед Кисель яблоко	150гр. 80гр 80 гр. 10 гр. 20гр 12гр 200 мл 150 гр	200 гр 100гр 100 гр 15 гр 35 гр 12 гр 200 мл 200 гр	Перловка, вода ,соль, масло .слив. пром. Рыба, хлеб, сухари, масло раст Свекла,морковь, картофель, капуста,масло раст,лук,сол Сыр Хлеб Мед Кисель, вода яблоко
4 день	Суп рисовый Картофель с мясом Салат из моркови Хлеб с маслом Мед Яблоко Компот сузбеше	200 гр 100гр 100гр 20гр 5 гр 12 гр 100гр. 200 гр 50 гр	250 мл 150 гр 150 гр 35 гр 5 гр 13 гр 150 гр 250 гр 75 гр	вода, лук, масло растит, соль, картофель, рис мясо кур, картофель, лук, морковь, масло раст морковь, масло раст., соль йод. Хлеб ,масло слизочное Мед яблоко Сухофрукты, вода, сахар сузбеше
5 день	Каша гречн. с мясом Салат овощной Хлеб чай Творог Мед яблоко	200 гр 50 гр 20 гр 200 мл 70гр 13 гр 100 гр	250 гр 100 гр 35 гр 250 мл 75 гр 13 гр 150 гр	Мясо кур, крупа гречн., масло раст., лук Капуста, морковь, масло растит. Хлеб Чай творог мед яблоко