



MEMO

Возраст 7+

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ОВсяная "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 220	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 220	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 220	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 220	КАША ШОКОЛАДКА 220	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200
ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО НА МОЛОКЕ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 205	КАКАО С МОЛОКОМ 200
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 13	БАТОН НАРЕЗНОЙ 75	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	БАТОН НАРЕЗНОЙ 75	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 75	БАТОН НАРЕЗНОЙ 75	БАТОН НАРЕЗНОЙ 75	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 75
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 75	БАТОН НАРЕЗНОЙ 75		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 75	БАТОН НАРЕЗНОЙ 75					
II Завтрак									
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 200	БАНАН 200	ЙОГУРТ 150	ЯБЛОКО 200	АПЕЛЬСИН 100	ЙОГУРТ 100	ЯБЛОКО 200	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 200	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 115
Обед									
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 220	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 250/20	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ 220	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/10	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫ И) 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОСОВЫМИ 220	СУП РЫБНЫЙ С КРУПНОЙ 220	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ) 220
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ 90	ПЛОВ 220	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 70	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ 50	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 100	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	АЗУ 220	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ) 90
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 40	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 180	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 80
СОУС ТОМАТНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 25	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 40	СОУС ТОМАТНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 80	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 80	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО И) 40	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 80	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 80	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 190		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 80		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 80			ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 80		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 80							
Полдник									
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ 30	ВАФЛИ 30	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 100	ПЕЧЕНЬЕ 30	КОМПОТ С ШИПОВНИКОМ 100	КОМПОТ С ШИПОВНИКОМ 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200
		НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 300			СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ПЕЧЕНЬЕ 30		
Ужин									

ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 70/30	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 180	ОЛАДЫИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200/35	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 190/35	РАГУ ОВОЩНОЕ 200	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 80	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180/35
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 140	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 80	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 205
ЧАЙ С САХАРОМ 190	БАТОН НАРЕЗНОЙ 75	БАТОН НАРЕЗНОЙ 75	БАТОН 75	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БАТОН 75	БАТОН 75	ЧАЙ С САХАРОМ 200	БАТОН 75
БАТОН 75					БАТОН 75			БАТОН 75	