

ПРИМІРНЕ МЕНЮ ВИХІДНОГО ДНЯ ДЛЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.

	ЯСЛА	САДОК
СНІДАНОК		
1. КАША МОЛОЧНА ГРЕЧАНА З ВЕРШКОВИМ МАСЛОМ	180/5	200/5
2. ХЛІБ ПШЕНИЧНИЙ З ВЕРШКОВИМ МАСЛОМ ТА СИРОМ	20/5/10	20/5/15
3. КАКАО НА МОЛОЦІ	150	180
ОБІД		
1, СУП ОВОЧЕВИЙ	150	200
2, ПЛОВ З РИСОМ ТА М'ЯСОМ	130	150
3 САЛАТ ЗІ СВІЖИХ ОВОЧІВ	40	50
4, ХЛІБ	20	40
5.КОМПОТ ЗІ СВІЖИХ ФРУКТІВ	150	200
ВЕЧЕРЯ		
1, ТЮФТЕЛЬКИ РИБНІ	60	80
2.РИС ВІДВАРНИЙ З ВЕРШКОВИМ МАСЛОМ	100/10	130/14
3.ОВОЧІ ТУШКОВАНІ	40	50
4. ХЛІБ	20	40
5, ЧАЙ З ЛИМОНОМ	150/5	200//5

СНІДАНОК

1, КАША МОЛОЧНА ГЕРКУЛЕСОВА З МАСЛОМ	180/5	200/5
2, ХЛІБ ПШЕНИЧНИЙ З ВЕРШКОВИМ МАСЛОМ	20/5	20/5
3, ЧАЙ З ЛИМОНОМ	150/5	200/5

ОБІД

1 .БОРЩ УКРАЇНСЬКИЙ	150	200
2. КАША ГРЕЧАНА З ВЕРШКОВИМ МАСЛОМ	100/5	110/5
3 .КОТЛЕТА М'ЯСНАЯ	60	80
4 САЛАТ ЗІ СВІЖИХ ОВОЧІВ	40	50
5. ХЛІБ	20	40
6. КОМПОТ ЗІ СВІЖИХ ФРУКТІВ	150	200

ВЕЧЕРЯ

1, ЯБЛУКО, ЗАПЕЧЕНЕ З ЦУКРОМ	70	100
2. ЗАПІКАНКА СИРНО - РИСОВА	80	120
3. ПЕЧИВО	20	30
4. КЕФІР	150	180

СНІДАНОК

1. ОМЛЕТ	30	50
2.ХЛІБ ПШЕНИЧНИЙ З ВЕРШКОВИМ МАСЛОМ	20/5	20/5
3, КАКАО З ИОЛОКОМ	150	200

ОБІД

1.СУП КАРТОПЛЯНИЙ З ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	250
2.ОЛАДКИ ПЕЧЕНКОВІ	80	100
3. ЛОКШИНА ВІДВАРНА З МАСЛОМ	100/5	120/5
4. ОГІРОК СВІЖИЙ	40	50
5. ХЛІБ	20	40
6. КОМПОТ ЗІ СВІЖИХ ФРУКТІВ	150	200

ВЕЧЕРЯ

1. ВАРЕНИКИ З СИРУ КІСЛОМОЛОЧНОГО	130	150
2, ПЕЧИВО/ ВАФЛІ	20	30
3. КЕФІР	150	180
4. ФРУКТА	70	90

Вихід страви :	ясла	сад
1. Перші страви (супи, борщ)	180	200
2. Котлета (м'ясна, рибна)	60	80
3. Каші з вершковим маслом	110 /5	120/5
4. Картопляне пюре з вершковим маслом	100 /5	120/5
5. Овочеві салати	40	50
6. Рагу овочеве з м'ясом	130	150
7 .Плов з рисом та м'ясом	130	150
8. Ліниві голубці з м'ясом та рисом	130	150
9. Оладки печінкові	80	100
10. Тюфтельки м'ясні	40	60
11. Суфле рибне	60	80
12. Гуляш м'ясний	25/25	50/50
13. Кури під білим соусом	40	60
14. Каша молочна	180	200
15. Яйце відварне	1/4	1/2
16. Хліб з маслом вершковим	20/5	20/5
17. Хліб з маслом вершковим та сиром	20/5/10	20/5/15
18. Чай , Какао, Кавовий напій	150	200
19. Запіканки сирні	80	120
20. Сирники з медом	80/5	120/5
21. Вареники з сиру кисломолочного з маслом	130/5	150/5
22. Кефір	150	180
23. Печиво/ Вафлі	20	30

24. Хліб житній	20	20
25. Хліб пшеничний	20	40
26. Пиріжки (родзинки, повидло)	80	100
27. Пампушка з часником	40	40
28. Фрукти	50	70
29. Сік	60	100