Примерное четырехнедельное меню для детей ясельного возраста
Третья неделя

Прием пищи	Понедельник	вых	Вторник	вых	Среда	вых	Четверг	вых	Пятница	вых
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, кукуруза)	**150**	Каша манная, жидкая	**150**	Крупеник Йогурт фруктовый	**120/125**	Каша молочная ассорти (пшеничная, кукурузная)	**150**	Каша гречневая молочная с маслом	**150**
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	**150**	Чай с молоком	**150**	Чай с лимоном	**150**	Кофейный напиток с молоком	**150**	Чай с сахаром	**150**
	Батон, витаминизированный с маслом	**20/5**	Батон, витаминизированный с сыром	**20/8**	Батон, витаминизированный с маслом	**20/5**	Батон, витаминизированный с маслом	**20/5**	Батон, витаминизированный с сыром	**20/8**
2-й завтрак	Сок фруктовый	**80**	Сок фруктовый	**80**	Сок фруктовый	**80**	Сок фруктовый	**80**	Сок фруктовый	**80**
ОБЕД	Салат из моркови	**30**	Икра свекольная или морковная	**30**	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	**30**	Салат из свеклы с сыром	**30**	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	**30**
	Суп-пюре из разных овощей Гренки с сыром	**150/15**	Суп картофельный с клецками с мясом	**150**	Щи по-уральски	**150**	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	**150**	Суп-пюре из мяса	**150**
	Сосиски отварные	**50**	Шницель из говядины	**50**	Суфле из рыбы	**70**	Бефстроганов из отварного мяса говядины	**80**	Рыба, запеченная с морковью	**70**
	Макароны отварные с овощами	**100**	Капуста тушенная	**120**	Пюре картофельное с морковью	**120**	Рис отварной с овощами	**100**	Пюре картофельное	**120**
	Кисель плодово-ягодный из концентрата	**150**	Компот из кураги	**150**	Компот из изюма	**150**	Компот из смеси сухофруктов	**150**	Компот из свежих плодов (яблок)	**150**
	Хлеб ржаной (витаминизированный)	**30**	Хлеб ржаной (витаминизированный)	**30**	Хлеб ржаной (витаминизированный)	**30**	Хлеб ржаной (витаминизированный)	**30**	Хлеб ржаной (витаминизированный)	**30**
			Хлеб пшеничный (витаминизированный)	**20**	Хлеб пшеничный (витаминизированный)	**20**			Хлеб пшеничный (витаминизированный)	**20**

ПОЛДНИК	Запеканка из творога с яблоками	**120**	Котлеты картофельные	**100**	Капуста белокочанная, запеченная под соусом или Капуста цветная, запеченная под соусом	**130**	Вареники ленивые (отварные)	**100**	Морковь с зеленым горошком в молочном соусе	**120**
	Соус клюквенный	**20**	Соус сметанный	**20**	Коржик молочный	**50**				
	Кефир, обогащенный витаминами	**180**	Кефир, обогащенный витаминами	**180**	Кефир, обогащенный витаминами	**180**	Кефир, обогащенный витаминами	**180**	Кефир, обогащенный витаминами	**180**
	Сдоба обыкновенная	**50**	Кондитерские изделия (печенье)	**10**			Кондитерские изделия (пряник)	**25**	Булочка "К чаю"	**50**
	Батон, витаминизированный	**10**	Батон, витаминизированный	**10**	Батон, витаминизированный	**10**	Батон, витаминизированный	**10**	Батон, витаминизированный	**10**
			Фрукт (груша)	**100**	Фрукт (яблоко)	**100**	Фрукт (яблоко)	**100**		