# Примерное четырехнедельное меню для детей раннего возраста
# Вторая неделя

| Прием пищи | Понедельник | вых | Вторник | вых | Среда | вых | Четверг | вых | Пятница | вых |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **ЗАВТРАК** | Каша кукурузная молочная с маслом | **150** | Каша ячневая молочная, жидкая | **150** | Запеканка из творога. Соус яблочный | **100/20** | Каша пшенная молочная с маслом сливочным | **150** | Омлет с сыром<br>Суп молочный с макаронными изделиями | **60**<br>**130** |
| | Какао с молоком сгущенным | **150** | Кофейный напиток с молоком | **150** | Чай с молоком | **150** | Какао с молоком | **150** | Чай с сахаром | **150** |
| | Батон, витаминизированный с сыром | **20/6** | Батон, витаминизированный с маслом | **20/5** | Батон, витаминизированный с сыром | **20/6** | Батон, витаминизированный с маслом | **20/5** | Батон, витаминизированный с маслом | **20/5** |
| | | | | | | | | | | |
| 2-й завтрак | Сок фруктовый | **80** | Сок фруктовый | **80** | Сок фруктовый | **80** | Сок фруктовый | **80** | Сок фруктовый | **80** |
| **ОБЕД** | Салат из кукурузы (консервированной) | **30** | Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом | **30** | Салат из репчатого лука | **20** | Салат из горошка зеленого консервированного | **30** | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом | **30** |
| | Свекольник со сметаной | **150** | Суп – лапша домашняя | **150** | Рассольник домашний | **150** | Суп картофельный с рыбой | **150** | Суп из овощей со сметаной | **150** |
| | Котлеты, рубленные из птицы | **50** | Мясо, тушенное с овощами в соусе | **170** | Гуляш из отварного мяса | **60** | Голубцы ленивые | **150** | Печень в молочном соусе | **60** |
| | Картофельное пюре | **120** | | | Картофель отварной | **120** | Соус томатный | **20** | Каша гречневая, рассыпчатая с овощами | **110** |
| | Компот из свежих груш | **150** | Кисель из клюквы | **150** | Компот из изюма | **150** | Компот из чернослива и изюма | **150** | Компот из свежих 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** | Хлеб пшеничный (витаминизированный) | **20** | Хлеб пшеничный (витаминизированный) | **20** |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **ПОЛДНИК** | Сырники из творога | **80** | Рыба, запеченная в омлете | **80** | Биточки или котлеты манные, рисовые | **80** | Макаронник | **100** | Картофель, запеченный в сметанном соусе | **120** |
| | Соус молочный, сладкий | **20** | Овощи отварные с маслом | **120** | Соус клюквенный | **15** | | | Соус сметанный | **20** |
| | Кефир, обогащенный витаминами | **180** | Кефир, обогащенный витаминами | **180** | Кефир, обогащенный витаминами | **180** | Кефир, обогащенный витаминами | **180** | Кефир, обогащенный витаминами | **180** |
| | Кондитерские изделия (печенье) | **10** | Кондитерские изделия (пряник) | **25** | Булочка «Домашняя» | **50** | Кондитерские изделия (вафли) | **10** | Булочка "Ванильная" | **50** |
| | Батон, витаминизированный | **10** | Батон, витаминизированный | **10** | Батон, витаминизированный | **10** | Батон, витаминизированный | **10** | Батон, витаминизированный | **10** |
| | | | Фрукт (яблоко) | **100** | | | Фрукт (груша) | **100** | | |