

Диет режим	Детский сад (3-7лет)	
		Выход
	Понедельник	
	Завтрак	
ОВД	Какао с молоком и сахаром	180/15
ОВД	Каша рисовая молочная жидкая с добавлением СБКС-10 г	200/6
ОВД	Омлет натуральный запеченный	40
ОВД	Хлеб пшеничный	65
	Второй завтрак	
ОВД	Йогурт	125
ОВД	Фрукты свежие (груши)	165
	Обед	
ОВД	Биточки мясные паровые	80
ОВД	Кисель из клюквы	180
ОВД	Макаронные изделия отварные	150
ОВД	Салат из свеклы с растительным маслом	80
ОВД	Суп картофельный с горохом	300
ОВД	Хлеб ржаной	65
	Полдник	
ОВД	Булочка с изюмом печеная	65
ОВД	Отвар шиповника с сахаром	200
	Ужин	
ОВД	Картофельное пюре	180
ОВД	Фрикадельки рыбные (треска) отварные	80
ОВД	Хлеб пшеничный	65
ОВД	Чай с сахаром	200/15
	21ч	
ОВД	Кефир 3,2%	150
	Вторник	
	Завтрак	
ОВД	Каша манная молочная жидкая с сахаром с СБКС-10 г	200/6
ОВД	Кофейный напиток	180/15
ОВД	Хлеб пшеничный	65
ОВД	Яйцо вареное	1шт
	Второй завтрак	
ОВД	Творожок детский	100
ОВД	Фрукты свежие (яблоко)	150
	Обед	
ОВД	Компот из кураги и изюма	180
ОВД	Котлеты рубленые из птицы паровые	80
ОВД	Рис отварной рассыпчатый	150
ОВД	Хлеб ржаной	65
ОВД	Щи из свежей капусты вегетар. со сметаной	300/7
	Полдник	
ОВД	Отвар шиповника с сахаром	200
ОВД	Пирожки с повидлом печеные	65
	Ужин	
ОВД	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150
ОВД	Салат из свежих помидоров	80
ОВД	Тефтели мясные паровые	80
ОВД	Хлеб пшеничный	65

ОВД	Чай с сахаром	200/15
	21ч	
ОВД	Кефир 3,2%	150
	Среда	
	Завтрак	
ОВД	Какао с молоком и сахаром	180/15
ОВД	Каша геркулесовая жидкая на молоке с добавлением СБКС 10 г	200/6
ОВД	Сыр плавленый	17.5г
ОВД	Хлеб пшеничный	65
	Второй завтрак	
ОВД	Бананы	230
ОВД	Сок фруктовый	200
	Обед	
ОВД	Картофельное пюре	150
ОВД	Компот из свежих яблок	180
ОВД	Суп с вермишелью на курином бульоне	300
ОВД	Суфле из отварной птицы (цыпл)	80
ОВД	Хлеб ржаной	65
	Полдник	
ОВД	Отвар шиповника с сахаром	200
ОВД	Пирожок с яблоком	65
	Ужин	
ОВД	Котлеты рыбные	80
ОВД	Огурец свежий	80
ОВД	Рис отварной рассыпчатый	150
ОВД	Хлеб пшеничный	65
ОВД	Чай с сахаром	200/15
	21ч	
ОВД	Кефир 3,2%	150
	Четверг	
	Завтрак	
ОВД	Каша ячневая молочная вязкая с добавлением СБКС -10 г	200/6
ОВД	Кофейный напиток	180/15
ОВД	Омлет натуральный запеченный	40
ОВД	Хлеб пшеничный	65
	Второй завтрак	
ОВД	Йогурт	125
ОВД	Фрукты свежие (яблоко)	150
	Обед	
ОВД	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	300/7
ОВД	Компот из смеси сухофруктов	180
ОВД	Макаронные изделия отварные	150
ОВД	Суфле из отварного мяса паровое	80
ОВД	Хлеб ржаной	65
	Полдник	
ОВД	Вафли	40
ОВД	Отвар шиповника с сахаром	200
	Ужин	
ОВД	Джем	20
ОВД	Запеканка из творога	100
ОВД	Каша рисовая молочная вязкая	200/6
ОВД	Хлеб пшеничный	65

ОВД	Чай с сахаром	200/15
	21ч	
ОВД	Кефир 3,2%	150
	Пятница	
	Завтрак	
ОВД	Какао с молоком и сахаром	180/15
ОВД	Каша пшеничная молочная вязкая с добавлением СБКС-10 г	200/6
ОВД	Хлеб пшеничный	65
ОВД	Яйцо вареное	1шт
	Второй завтрак	
ОВД	Бананы	230
ОВД	Молоко (порц)	200
	Обед	
ОВД	Биточки рыбные паровые	80
ОВД	Картофельное пюре	150
ОВД	Кисель из клюквы	180
ОВД	Суп рисовый с фрикадельками мясными	300/20
ОВД	Хлеб ржаной	65
	Полдник	
ОВД	Ватрушка с творогом	65
ОВД	Отвар шиповника с сахаром	200
	Ужин	
ОВД	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150
ОВД	Помидор свежий	50
ОВД	Сосиски отварные	50
ОВД	Хлеб пшеничный	65
ОВД	Чай с сахаром	200/15
	21ч	
ОВД	Кефир 3,2%	180
	Суббота	
	Завтрак	
ОВД	Каша геркулесовая молочная вязкая с добавлением СБКС-10 г	200/6
ОВД	Кофейный напиток	180/15
ОВД	Сыр плавленый	17.5г
ОВД	Хлеб пшеничный	65
	Второй завтрак	
ОВД	Молоко (порц)	200
ОВД	Фрукты свежие (груши)	165
	Обед	
ОВД	Биточки мясные паровые	80
ОВД	Картофель отварной	150/4
ОВД	Компот из смеси сухофруктов	180
ОВД	Суп из овощей с фасолью	300
ОВД	Хлеб ржаной	65
	Полдник	
ОВД	Зефир	20
ОВД	Отвар шиповника с сахаром	200
	Ужин	
ОВД	Икра кабачковая	80
ОВД	Рис отварной рассыпчатый	150
ОВД	Суфле рыбное паровое	60
ОВД	Хлеб пшеничный	65

ОВД	Чай с сахаром	200/15
	21ч	
ОВД	Кефир 3,2%	180
	Воскресенье	
	Завтрак	
ОВД	Какао с молоком и сахаром	180/15
ОВД	Каша пшенная молочная жидкая с добавлением СБКС 10 г	200/6
ОВД	Омлет натуральный запеченный	40
ОВД	Хлеб пшеничный	65
	Второй завтрак	
ОВД	Бананы	230
ОВД	Сок фруктовый	200
	Обед	
ОВД	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150
ОВД	Кисель из черной смородины	180
ОВД	Суп картофельный с овощами вегетарианский	300/7
ОВД	Суфле из отварной птицы (цыпл)	80
ОВД	Хлеб ржаной	65
	Полдник	
ОВД	Отвар шиповника с сахаром	200
ОВД	Пастила	30
	Ужин	
ОВД	Джем	20
ОВД	Запеканка из творога	150
ОВД	Каша кукурузная молочная вязкая с маслом	200/6
ОВД	Хлеб пшеничный	65
ОВД	Чай с сахаром	200/15
	21ч	
ОВД	Кефир 3,2%	180