

**Меню перспективное
день 10**

Завтрак	Выход	Завтрак 2	выход	обед	выход	полдник	выход	ужин	выход	ужин 2	выход
Каша молочная манная	150/200	Яблоко	250	Суп с клецками на м/к бульоне	250/300	Кисель малина	200	Лапшеник с творогом и маслом	150/200/10	Йогурт питьевой	200
Бутерброд с сыром	100/15/12			Капуста тушеная с мясом и маслом	200/250	Печенье	30	Хлеб пшен.-ржан. Чай с конфетами	50/50/15 200/30	Пряник	45
Кофе с молоком	200			Салат витаминный Чай	80/100 200						
				Хлеб пшен-ржан	50/100						

День 11

Завтрак	выход	Завтрак	Выход	обед	выход	полдник	выход	ужин	выход	ужин 2	выход
Суп молочный с макаронными изделиями	250/300	Банан	250	Суп крестьянский на м/к бульоне со сметаной	250/300	Сок натуральный	200	Овощи тушеные с колбасой	200/250	Кефир	200
Бутерброд с маслом	100/15			Гороховое пюре	150/200	Булочка	50	Хлеб пшен-ржан	50/50/15	Печенье	30
Какао с молоком	200			Мясо тушеное	80/100			Чай с молоком	200		
				Салат из сырых овощей	80/100						
				Компот из с/ф	200						
				Хлеб пшен-ржан	50/100						

день 12

Завтрак	выход	Завтрак 2	выход	обед	выход	полдник	выход	ужин	выход	ужин 2	выход
Каша молочная пшеничная	150/200	Яблоко	250	Суп харчо на м/к бульоне со сметаной	250/300	Молоко	200	Макаронны запеченные с мясом и маслом	200/250	Ряженка	200
Бутерброд с сыром	100/15/12			Жаркое по-домашнему	250/300	Пряник	45	Хлеб пшен.-ржан. Чай с сахаром	50/50/15 200	Вафли	40
Чай	200			Салат Пестрый	80/100						
				Кисель вишня	200						
				Хлеб пшен-ржан	50/100						

Подготовила диетсестра Дюсенова Г.К.