

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 1		
завтрак:	Каша пшённая с маслом сл.	180
	Батон, масло, сыр	40/5/5
	Чай с лимоном,сахаром	180
10ч	Сок	180
обед:	Салат из свеклы, соленого огурца с раст. маслом	60
	Щи со сметаной	180
	Котлета из мяса говядины	80
	Гарнир овощной сборный	130
	Компот из кураги, изюма	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Запеканка творожная с сгущ. молоком	100
		18
	Какао с молоком /кисломол.напиток в ассортименте	180
	Хлеб пшеничный	30
День 2		
завтрак:	Каша геркулесовая молочная	180
	Батон с маслом, сыром	40/5/5
	Кофейный напиток на молоке	180
10 ч	Сок	180
Обед:	Кукуруза консервированная	50
	Суп крестьянский с крупой со сметаной	180
	Гуляш из мяса говядины	80

	Картофельное пюре с морковью	130
	Напиток с шиповником	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Суфле рыбное	80
	Кисломол. напиток в ассорт.	190
	Пирожок с капустой, яйцом.	80
	Хлеб пшеничный	30
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 3		
завтрак:	Тефтели рыбные в соусе	80
	Макароны отварные	100
	Батон с маслом, сыром	30/5/5
	Чай с молоком.	180
10 ч	Фрукт в ассортименте (банан)	140
Обед:	Зелёный горошек	50
	Борщ со сметаной.	180
	Плов из мяса говядины	180
	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Запеканка морковная	100
	Повидло	20

	Конд .изделие: печенье или пряник	25
	Кисломолочный напиток	180
	Хлеб пшеничный	30
День 4		
завтрак:	Каша пшеничная молочная	180
	Батон с маслом, сыром	30/5/5
	Кофейный напиток на молоке	180
10 ч	Фрукт в ассортименте (апельсин)	140
Обед:	Салат из отварного картофеля, моркови, солёного огурца с растительным маслом	60
	Суп- лапша на курином бульоне	180
	Суфле из мяса кур паровое.	80
	Капуста тушеная	130
	Напиток с шиповником	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Сдоба обыкновенная	60
	Омлет паровой	100
	Кисломолочный напиток	180
	Хлеб пшеничный	30
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда

День 5		
завтрак:	Каша ячневая	180
	Батон с маслом.	40/6
	Какао с молоком.	180
10-00 ч	Фрукт в ассортименте (яблоко)	140
Обед	Салат из свежей моркови с растительным маслом	60
	Рассольник с крупой, сметаной.	180
	Жаркое по - домашнему	180
	Кисель	180
	Хлеб ржаной.	40
полдник	Пудинг из творога.	100
	Сгущённое молоко.	18
	Конд.изделие в ассортименте: пряник /вафли	35
	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный.	30
День 6		
завтрак:	Каша ассорти молочная.	180
	Батон с маслом, сыр.	30/5/5
	Чай с лимоном.	180
10-00 ч	Сок фруктовый	180
Обед	Салат из отварного картофеля, кукурузы, лука с растительным маслом.	50
	Суп из овощей со сметаной.	180

	Шницель из говядины	80
	Макаронные изделия отварные с овощами	130
	Напиток из шиповника	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Суфле творожное.	100
	Молоко сгущённое.	18
	Кофе с молоком /кисломол.напиток	180
	Хлеб пшеничный.	30
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 7		
завтрак:	Суп молочный с лапшой.	180
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Чай с сахаром.	180
10-00 ч	Сок фруктовый.	180
Обед:	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	60
	Борщ с фасолью и сметаной.	180
	Бефстроганов из отварного мяса говядины.	80
	Греча рассыпчатая с овощами.	130
	Компот из сухофруктов.	180

	Хлеб ржаной.	40
полдник	Ватрушка с повидлом.	70
	Запеканка из рыбы с морковью.	100
	Кисломолочный напиток в ассортименте.	180
	Хлеб пшеничный.	30
День 8		
завтрак:	Тефтели рыбные с рисом в соусе.	120
	Зелёный горошек с яйцом	60
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Кофе с молоком.	180
10-00	Фрукт в ассортименте - груша	140
	Салат из отварной свеклы и моркови с раст.маслом	60
Обед:	Суп картофельный с крупой.	180
	Запеканка капустная с мясом говядины.	150
	Соус сметанный	30
	Компот из яблок и изюма.	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Конд. изделие: печенье или пряник	25
	Каша молочная пшеничная	180
	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный	30

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 9		
завтрак:	Макаронные изделия с сыром.	160
	Батон с маслом.	40/6
	Какао с молоком.	200
10-00	Фрукт в ассортименте - банан	140
Обед:	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60
	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	180
	Мясо кур отварное в соусе.	80
	Картофель отварной	150
	Напиток с шиповником.	180
	Хлеб ржаной.	40
полдник	Ватрушка со сметаной.	70
	Омлет паровой	100
	Кисломолочный напиток в ассортименте	180
	Хлеб пшеничный.	30
День 10		
завтрак:	Каша геркулесовая со сливочным маслом.	180
	Батон с маслом.	40/6
	Чай с сахаром	180

10-00	Фрукт в ассортименте - яблоко	140
Обед:	Салат из капусты, кукурузы, луком с раст. маслом.	50
	Свекольник со сметаной	180
	Рулет из говядины с яйцом	80
	Рагу из овощей с соусом молочным.	150
	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Запеканка из творога с изюмом с сгущенным молоком	100/ 18
	Кофе с молоком /кислом.напиток	180
	Конд.изделие в assort	25
	Хлеб пшеничный.	30
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 11		
завтрак:	Каша манная со слив. маслом.	180
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Чай с лимоном.	180
10-00	Сок фруктовый	180

Обед:	Икра кабачковая	60
	Суп рыбный	180
	Тефтели из мяса говядины «Ёжики»	80
	Пюре картофельное	130
	Напиток с шиповником.	180
	Хлеб ржаной.	40
полдник	Молоко сгущённое.	18
	Суфле творожное.	100
	Какао с молоком/ кисломол.напиток	180
	Хлеб пшеничный.	30
День 12		
завтрак:		
	Каша рисовая молочная.	180
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Кофейный напиток на молоке.	180
10-00	Сок фруктовый	180
Обед:	Салат из отварной свеклы с растительным маслом.	60
	Суп картофельный с бобовыми.	180
	Бигус с мясом говядины	180
	Компот из сухофруктов.	180
	Хлеб ржаной	40

полдник	Рыба, запечённая с картофелем по – русски	100
	Кисломолочный напиток в ассортименте	180
	Пирожок с морковью и курагой.	80
	Хлеб пшеничный	30
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 13		
завтрак:	Зелёный горошек с яйцом.	60
	Тефтели рыбные с рисом в соусе	120
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Какао с молоком.	180
10-00	Фрукт в ассортименте- апельсин	140
Обед:	Салат из белокоч. капусты с морковью	60
	Щи со сметаной.	180
	Гуляш из мяса говядины	80
	Каша гречневая вязкая	130
	Напиток с шиповником	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Запеканка овощная	100
	Конд.изд в ассортименте	25

	Чай с молоком или кисломолочный напиток	180
	Хлеб пшеничный	30
День 14		
завтрак:	Каша кукурузная молочная	180
	Батон с маслом, сыром	30/5/5
	Кофейный напиток на молоке.	180
10-00	Фрукт в ассортименте - груша	140
Обед:	Салат из отварного картофеля с огурцами и растительным маслом	60
	Суп геркулесовый на курином бульоне со сметаной	180
Вариант № 1	Котлета из мяса кур –	80
	Макароны отварные	100
	Соус молочный с овощами	30
Вариант № 2	Мясо кур отварное в соусе	80
	Макароны отварные	120
	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Ватрушка с яблоками	70
	Омлет с картофелем	100
	Кисломолочный напиток	180
	Хлеб пшеничный	30
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 15		

завтрак:		
	Каша пшённая со сливочным маслом.	180
	Батон с маслом.	35/6
	Какао с молоком.	180
10-00	Фрукт в ассортименте - яблоко	140
Обед:	Кукуруза консервированная	50
	Рассольник со сметаной	180
	Суфле из мяса говядины (1 вариант)	80
	Суфле из печени (2 вариант)	80
	Рагу из овощей	130
	Кисель из сухофруктов/кисель «Валетек»	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Запеканка из творога с морковью со сгущ. молоком	100/18
	Чай с сахаром.	180
	Конд.изделие в ассортименте	25
	Хлеб пшеничный.	30
День 16		
завтрак:	Каша геркулесовая .	180
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Чай с лимоном.	180
10-00	Сок фруктовый	180
Обед:	Салат из отварной свеклы, чернослива с растительным маслом.	60
	Суп картофельный со сметаной.	180

	Голубцы ленивые в молочном соусе	180
	Напиток с шиповником	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Пудинг творожный	100
	Молоко сгущённое.	18
	Кофейный напиток на молоке/ кисломол.напиток	180
	Хлеб пшеничный.	30
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 17		
завтрак:	Каша пшеничная молочная	180
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Какао с молоком	180
10-00	Сок фруктовый	180
Обед:	Зелёный горошек	50
	Борщ с фасолью и сметаной.	180
	Биточки из мяса говядины с молочным соусом.	80
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами.	130
	Компот из сухофруктов.	180
	Хлеб ржаной.	40

полдник	Сдоба обыкновенная	70
	Запеканка из рыбы с капустой	100
	Кисломол. напиток в ассор.	180
	Хлеб пшеничный.	30
День 18		
завтрак:	Рыба, припущенная с молоком и овощами	70
	Рис рассыпчатый	100
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Кофе с молоком.	180
10-00	Фрукт в ассортименте - банан	140
Обед:	Салат из моркови с растительным маслом	60
	Суп крестьянский с крупой, сметаной	180
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	180
	Соус сметанный	20
	Компот из чернослива, изюма	180
	Хлеб ржаной.	40
полдник	Суп молочный с лапшой	180
	Чай с сахаром.	180
	Конд.изделие в ассорт	25
	Хлеб пшеничный	30

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 19	Завтрак	
	Каша ассорти	180
	Батон с маслом, сыром.	30/5/5
	Какао с молоком	180
10-00	Фрукт в ассортименте - груша	140
Обед:	Салат из отварного картофеля, моркови с луком, соленым огурцом, растительным маслом	60
	Суп - пюре гороховый	180
	Бигус из мяса кур	180
	Напиток с шиповником	180
	Хлеб ржаной	40
полдник	Ватрушка с повидлом	70
	Омлет паровой	100
	Кисломол. напиток	180
	Хлеб пшеничный	30
День 20	Завтрак	
	Каша ячневая со сливочным маслом.	180
	Батон с маслом.	35/6

	Кофе с молоком.	180
10-00	Фрукт в ассортименте - яблоко	140
Обед:	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	60
	Свекольник со сметаной	180
	Азу с мясом говядины.	180
	Кисель «Валетек»	180
	Хлеб ржаной	40
Уплотнен. полдник	Суфле из творога	100
	Молоко сгущённое.	18
	Чай с сахаром.	180
	Конд.изделие в ассорт	35
	Хлеб пшеничный.	30