

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда 1 ДЕНЬ | Выход,г | Наименование блюда 2 ДЕНЬ | Выход,г |
| Понедельник | Вторник |
| Завтрак  | Завтрак |
| Каша Дружба | 150 | Омлет натуральный | 85 |
| Кофейный напиток с молоком | 170 | Какао с молоком | 150 |
| Хлеб с сыром | 30 | Батон | 20 |
| 2-й завтрак | 2-й завтрак |
| Сок | 100 | Сок | 100 |
| Обед | Обед |
| Салат из свежей моркови с яблоком | 40 | Салат из капусты с яблоком | 40 |
| Суп гороховый с картофелем намясном бульоне | 200 | Суп молочный с крупой | 200 |
| Макароны отварные с овощами | 100 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | Тефтели мясные | 75 |
| Котлета мясная  | 75 | Компот из изюма | 150 |
| Кисель из повидла  | 150 | Полдник |
| Полдник | Пудинг творожный | 150 |
| Каша ячневая | 180 | со сгущенным молоком | 25 |
| Чай  | 150 | Чай  | 150 |
| Фрукты |  | фрукты |  |
|  |  |  |  |
| Наименование блюда 3 ДЕНЬ | Выход,г | Наименование блюда 4 ДЕНЬ | Выход,г |
| Среда | Четверг |
| Завтрак  | Завтрак |
| Каша пшеничная | 200 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 |
| Чай с сахаром  | 150 | Кофейный напиток с молоком | 170 |
| Хлеб с сыром | 30 | Батон | 30 |
| 2-й завтрак | 2-й завтрак |
| Сок | 100 | Сок | 100 |
| Обед | Обед |
| Салат из капусты  | 40 | Салат из отварной свеклы | 40 |
| Уха рыбацкая | 200 | Суп-пюре из разных овощей с гренками | 200 |
| Рыба, запеченная с яйцом | 70 | Плов из отварной куры | 150 |
| Пюре картофельное | 150 | Компот из апельсинов | 150 |
| Компот из яблок с лимоном | 150 | Полдник |
| Полдник  | Запеканка картофельная с овощами | 200 |
| Ватрушка с повидлом | 50 | Соус сметанный | 30 |
| Чай  | 200 | Чай с молоком | 150 |
| Фрукты |  | Кондитерские изделия | 40 |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда 5 ДЕНЬ | Выход,г | Наименование блюда 6 ДЕНЬ | Выход,г |
| Пятница | Понедельник |
| Завтрак  | Завтрак |
| Каша гречневая вязкая на молоке | 200 | Каша геркулесовая | 200 |
| Чай с лимоном | 150 | Чай с сахаром | 170 |
| Хлеб с сыром | 30 | Хлеб повидлом | 30 |
| 2-й завтрак | 2-й завтрак |
| Сок  | 100 | Сок  | 100 |
| Обед | Обед |
| Салат из капусты с морковью | 40 | Салат из моркови с яблоком  | 40 |
| Борщ с капустой на мясном бульоне | 200 | Суп крестьянский с крупой | 200 |
| Пюре картофельное | 150 | Макароны отварные с овощами | 100 |
| Сосиска отворная | 75 | Печень по-строгановски | 60/30 |
| Кисель из повидла | 150 | Компот из сухофруктов | 150 |
| Полдник | Полдник |
| Булочка домашняя  | 70 | Овощи в молочном соусе  | 200 |
| Чай | 150 | Чай  | 150 |
| Фрукты | 100 | Кондитерские изделия | 17 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Наименование блюда 7 ДЕНЬ | Выход,г | Наименование блюда 8 ДЕНЬ | Выход,г |
| Вторник | Среда |
| Завтрак  | Завтрак |
| Омлет натуральный  | 85 | Каша пшенная | 200 |
| Кофейный напиток с молоком | 170 | Какао с молоком | 150 |
| Батон | 30 | Хлеб с повидлом | 30 |
| 2-й завтрак | 2-й завтрак |
| Сок  | 100 | Сок  | 100 |
| Обед | Обед |
| Салат из свеклы  | 40 | Салат из капусты с морковью  | 40 |
| Щи из свежей капусты на мясном бульоне | 200 | Суп из овощей на мясном бульоне  | 200 |
| Пюре картофельное | 150 | Макароны отварные | 100 |
| Рыба отварная с белым соусом | 70/50 | Котлета мясная | 75 |
| Компот с изюмом | 150 |
| Компот из яблок | 150 | Полдник |
| Полдник  | Булочка «Веснушка» | 50 |
| Каша манная с изюмом | 250 | Чай | 200 |
| Йогурт | 200 | Фрукты |  |
| Фрукты | 50 |  |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда 9 ДЕНЬ | Выход,г | Наименование блюда 10 ДЕНЬ | Выход,г |
|  Четверг | Пятница |
| Завтрак  | Завтрак |
| Запеканка творожная | 150 | Каша рисовая | 150 |
| со сгущенным молоком | 25 | Кофейный напиток с молоком | 170 |
| Чай с сахаром | 150 | Яйцо варёное |  |
| Батон | 20 | Хлеб пшеничный  |  |
| 2-й завтрак | 2-й завтрак |
| Сок  | 100 | Сок  | 100 |
| Обед | Обед |
| Салат из свеклы  | 40 | Салат из моркови | 40 |
| Суп-лапша  | 200 | Свекольник  | 200 |
| Капуста тушёная | 150 | Пюре картофельное с морковью | 150 |
| Кура отварная | 80 | Котлета рыбная | 70/30 |
| Соус молочный | 30 | Компот из сх/фр | 150 |
| Кисель из повидла | 150 |  |  |
|  |  | Полдник |
| Полдник  | Пирожок с капустой | 60 |
| Оладьи картофельные  | 180 | Чай | 150 |
| Соус сметанный | 30 | Фрукты  | 50 |
| Чай с молоком | 150 |  |  |
| Кондитерские изделия | 17 |  |  |
|  |  |  |  |