

1 день

Завтрак:

Каша манная молочная 150/200

Какао с молоком 180/180

Бутерброд с сыром 30/30

2 завтрак:

Банан 100/100

Обед:

Салат «Свёколка» 50/50

Суп вермишелевый на курином бульоне 150/200

Плов из птицы 150/150

Лимонный напиток 150/180

Хлеб ржаной 20/38

Батон 15/20

Полдник:

Крендель сахарный 50/70

Чай с сахаром 150/180

2 день

Завтрак:

Суп молочный с макаронными изделиями 150/200

Чай с сахаром 180/180

Бутерброд с маслом 20/25

2 завтрак:

Сок 100/100

Обед:

Помидор свежий 30/30

Суп картофельный с бобовыми говядиной 150/200

Запеканка картофельная с мясом 150/150

Компот из сушёных фруктов 150/180

Хлеб ржаной 20/38

Батон 15/20

Полдник:

Вареники ленивые отварные 60/100

Компот из свежих яблок 150/180

3 день

Завтрак:

Омлет натуральный 150/150
Кофейный напиток с молоком 180/180
Батон 20/25

2 завтрак:

Печенье 20/30

Обед:

Салат «Свёколка» 50/50
Суп крестьянский с крупой 150/200
Пюре картофельное 100/130
Суфле куриное 50/70
Компот из сушёных фруктов 150/180
Хлеб ржаной 20/38
Батон 15/20

Полдник:

Пирожки печёные с капустой 50/70
Чай с сахаром 150/180

4 день

Завтрак:

Каша «Дружба» 150/200

Чай с молоком 180/180

Батон 20/25

2 завтрак:

Банан 100/100

Обед:

Огурец свежий 30/30

Борщ с мясом 150/200

Котлеты рубленые с белокочанной капустой 50/70

Пюре из гороха с маслом 100/130

Компот из сушёных фруктов 150/180

Хлеб ржаной 20/38

Батон 15/20

Полдник:

Пирог открытый 50/70

Чай с сахаром 180/200

5 день

Завтрак:

Каша гречневая молочная 150/200
Кофейный напиток с молоком 180/180
Батон 20/25

2 завтрак:

Яблоко 100/100

Обед:

Помидор свежий 30/30
Суп картофельный с рыбой 150/200
Пюре картофельное 100/130
Котлеты рыбные с капустой и морковью запечённые 50/70
Чай с сахаром 150/180
Хлеб ржаной 20/38
Батон 15/20

Полдник:

Пряники 20/50
Йогурт 100/100

6 день

Завтрак:

Каша пшенная 150/200
Какао с молоком 180/180
Бутерброд с сыром 30/30

2 завтрак:

Сок 100/100

Обед:

Огурец свежий 30/30
Щи из свежей капусты с картофелем 150/200
Котлеты рубленые с белокочанной капустой 50/70
Макаронные изделия отварные 100/130
Чай с сахаром 150/180
Хлеб ржаной 20/38
Батон 15/20

Полдник:

Сырники из творога 80/100
Чай с сахаром 150/180

7 день

Завтрак:

Пудинг из творога 150/150
Кофейный напиток с молоком 180/180
Батон 20/25

2 завтрак:

Яблоко 100/100

Обед:

Помидор свежий 30/30
Суп картофельный с клёцками 150/200
Пюре картофельное 100/130
Котлеты рубленые из птицы 50/70
Компот из сушеных фруктов 150/180
Хлеб ржаной 20/38
Батон 15/20

Полдник:

Булочка Веснушка 50/70
Чай с сахаром 150/180

8 день

Завтрак:

Каша рисовая 150/200

Чай с молоком 180/180

Батон 20/25

2 завтрак:

Вафли 20/30

Обед:

Салат «Свеколка» 50/50

Суп картофельный с рыбой 150/200

Голубцы ленивые 100/150

Напиток лимонный 150/180

Хлеб ржаной 20/38

Батон 15/20

Полдник:

Пирожки печёные с картошкой 50/70

Компот из свежих яблок 150/180

9 день

Завтрак:

Каша гречневая 150/200
Кофейный напиток с молоком 180/180
Бутерброд с маслом 20/25

2 завтрак:

Печенье 20/30

Обед:

Помидор свежий 30/30
Рассольник на мясном бульоне
(мелкошинкованный) 150/200
Макаронные изделия отварные 100/130
Бефстроганов 50/70
Компот из сушёных фруктов 150/180
Хлеб ржаной 20/38
Батон 15/20

Полдник:

Батон 20/25
Чай с сахаром 180/200
Огурец свежий 20/30
Яйца варёные 20/20

10 день

Завтрак:

Каша овсяная «Геркулес» вязкая 150/200

Кофейный напиток с молоком 180/180

Бутерброд с маслом 20/25

2 завтрак:

Яблоко 100/100

Обед:

Огурец свежий 30/30

Бульон из кур 150/200

Гренки 20/20

Пюре картофельное 100/130

Кнели куриные с рисом 50/70

Чай с сахаром 150/180

Хлеб ржаной 20/38

Полдник:

Оладьи 50/100

Чай с сахаром 150/180