dhRZI- 0一



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник |  | Вторник |  | Среда |  | Четверг |  | Пятница |  |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Икра кабачковая с подсолнечным маслом | 55 | Каша овсяная молочная | 160 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 130 | Каша овсяная молочная | 160 | Омлет натуральный с зеленым горошком | 105 |
| Яйца вареные | 40 | Бутерброды с сыром | 40 | Кисель витаминизированный | 180 | Бутерброды с сыром | 45 | Бутерброды с сыром | 40 |
| Бутерброды с маслом | 30 | Чай с сахаром | 180 | Хлеб пшеничный | 30 | Чай с сахаром и молоком | 180 | Кофейный напиток с молоком | 180 |
| Какао с молоком | 180 |  |   |  |   |  |   |  |   |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок фруктовый | 180 | Кефир | 180 | Сок фруктовый | 180 | Кефир | 180 | Кефир | 180 |
| Пряники | 20 | Печенье | 20 | Печенье | 20 | Печенье | 20 | Печенье | 20 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из горошка зеленого консервированного | 60 | Салат из моркови и яблок | 60 | Салат из свеклы | 50 | Рассольник ленинградский со сметаной | 210 | Салат из кукурузы(консервированной) | 60 |
| Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 240 | Суп картофельный с крупой | 200 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 240 | Тефтели из говядины в сметанном соусе | 160 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 240 |
| Тефтели из печени с рисом (с молочным соусом) | 160 | Гуляш из отварного мяса | 100 | курица тушеная в соусе с овощами | 200 | Рагу из овощей | 155 | Тефтели из печени с рисом (с молочным соусом) | 160 |
| Рис отварной с овощами | 125 | Макаронные изделия отварные с маслом | 123 | Соус сметанный | 50 | Компот из свежих фруктов | 150 | картофельное пюре | 150 |
| Компот из сухофруктов | 180 | Компот из свежих фруктов | 180 | Компот из сухофруктов | 180 | Хлеб ржаной | 45 | Компот из свежих фруктов | 180 |
| Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб пшеничный | 35 |  |   | Хлеб ржаной | 45 |
|  |   |  |   | Хлеб ржаной | 45 |  |   |  |   |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный | 35 | Омлет натуральный с зеленым горошком | 85 | Булочка "молочная" | 50 | Каша гречневая молочная | 160 | Рыба отварная с маслом сливочным | 90 |
| Каша пшённая молочная | 180 | Хлеб пшеничный | 35 | Чай с сахаром и молоком | 180 | Хлеб пшеничный | 40 | Капуста тушеная | 150 |
| Кефир | 180 | Кофейный напиток с молоком | 180 | Яблоки | 110 | Чай с сахаром | 180 | Хлеб пшеничный | 30 |
| Яблоки | 100 |  |   |  |   |  |   | Сок фруктовый | 180 |
|  |   |  |   |  |   |  |   | Яблоки | 110 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Понедельник |  | Вторник |  | Среда |  | Четверг |  | Пятница |  |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша овсяная молочная | 180 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 130 | Каша манная с изюмом и яблоками | 205 | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 | Каша рисовая молочная | 205 |
| Бутерброды с сыром | 40 | Кисель витаминизированный | 180 | Бутерброды с маслом | 30 | Бутерброды с сыром | 45 | Кофейный напиток с молоком | 180 |
| Какао с молоком | 180 | Хлеб пшеничный | 15 | Чай с сахаром | 180 | Какао с молоком | 180 | Хлеб пшеничный | 30 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок фруктовый | 180 | Кефир | 180 | Сок фруктовый | 180 | Кефир | 180 | Кисель ягодный | 180 |
| Печенье | 20 | Пряники | 30 | Печенье | 20 | Печенье | 20 | Печенье | 20 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Огурцы соленые | 40 | Салат из моркови и яблок | 60 | Салат из свежей капусты | 60 | Огурцы соленые | 40 | Салат из кукурузы(консервированной) | 60 |
| Суп картофельный с бобовыми | 200 | Рассольник ленинградский со сметаной | 210 | Суп картофельный с клецками | 220 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 240 | Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной | 210 |
| Жаркое по-домашнему | 170 | Рыба, тушенная с овощами | 110 | Плов из птицы | 180 | Котлеты рыбные запеченные | 85 | Тефтели из говядины в сметанном соусе | 160 |
| Компот из свежих фруктов | 180 | Картофель отварной | 100 | Компот из сухофруктов | 180 | картофельное пюре с морковью | 150 | Макаронные изделия отварные с маслом | 123 |
| Хлеб ржаной | 45 | Компот из свежих фруктов | 180 | Хлеб ржаной | 45 | Компот из свежих фруктов | 180 | Чай с сахаром | 180 |
|  |   | Хлеб ржаной | 50 |  |   | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша пшённая молочная | 180 | Каша рисовая молочная | 185 | Булочка "Творожная" | 50 | Котлеты рубленые из кур (филе), запеченные с соусом молочным | 80 | Рагу из овощей | 155 |
| Хлеб пшеничный | 35 | Хлеб пшеничный | 35 | Хлеб пшеничный | 35 | Капуста тушеная | 150 | Хлеб пшеничный | 35 |
| Кефир | 180 | Кофейный напиток с молоком | 180 | Молоко кипяченое | 180 | Чай с сахаром | 180 | Кефир | 180 |
| Яблоки | 100 |  |   | Яблоки | 110 | Хлеб пшеничный | 30 | Яблоки | 110 |
|  |   |  |   |  |   | Яблоки | 110 |  |   |