

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>
Каша рисовая с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша ячневая с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша пшеничная с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша манная с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша пшеничная с молоком 130/3/3 150/3,6/3,6
Чай с молоком 180/7 200/10	Чай с апельсином 180/4,5 200/5	Чай с сахаром 180/7 200/10	Какао с молоком 180/7 200/10	Чай с яблоком 180/4,5 200/5
Бутерброд с маслом сливочным 30/10	Хлеб пшеничный 30/30	Бутерброд с маслом сливочным 30/10, 30/10	Хлеб пшеничный 30/30	Бутерброд с маслом сливочным 30/10
<i>Второй завтрак</i>	<i>Второй завтрак</i>	<i>Второй завтрак</i>	<i>Второй завтрак</i>	<i>Второй завтрак</i>
Снежок 100	Фрукты свежие (яблоко, груша, мандарин, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (груша, мандарин, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (банан, груша, яблоко, мандарин) 1/2 шт.	Фрукты свежие (манدارин, груша, яблоко, банан) 1 шт.
<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>
Солянка из птлицы 150/180	Бульон куриный с вермишелью 150/180	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (на мясном или курином бульоне) 150/180	Суп картофельный с макаронными изделиями 150/180	Суп картофельный с бобовыми 150/180
Тефтели мясные с рисом со сметанно томатным соусом 50/10, 70/10	Гренки из пшеничного хлеба 5/10	Котлета рыбная запеченная 50/70	Плов из птлицы 160/160	Жаркое по-домашнему 160/160
Макаронные изделия отварные 110, 130	Котлеты, биточки рубленые мясные с соусом томатным 50/20 60/20	Макаронные изделия отварные с маслом 110, 130	Салат из свеклы (с растительным маслом) 30, 50	Овощи свежие (помидоры) порционно долька 30/50
Салат из зеленого горошка 30/50	Пюре картофельное/ капуста тушеная 80/30 90/40	Салат из свежих огурцов 30/50	Компот из сушеных фруктов 150, 180	Компот из кураги 150/180
Компот из сушеных фруктов 150/180	Компот из свежих плодов (яблоко) 150, 180	Соус сметанный с томатом 10/10	Хлеб ржаной 30/40	Хлеб ржаной 30/40
Хлеб ржаной 30/40	Хлеб ржаной 30/40	Хлеб ржаной 30/40		
<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>
Фрукты свежие (манدارин, груша, яблоко, банан) 1 шт.	Конд. изд. (вафля, печенье, пряник) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)	Конд. изд. (пряник, печенье, вафля) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)	Конд. изд. (печенье, вафля, пряник) 2/5 шт (не менее 20/50гр)	Конд. изд. (вафля, печенье, пряник) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)
Компот из изюма 100/150	Сок овощной, фруктовый 180/200 / компот из кураги	Кисломолочный напиток (Йогурт питьевой обогащенный витаминами ДМК) 200/ Лакт элит 200	Молоко кипяченое 180/200	Биокефир 180/200
<i>Ужин</i>	<i>Ужин</i>	<i>Ужин</i>	<i>Ужин</i>	<i>Ужин</i>
Рагу овощное 150/30 180/30	Пудинг творожный с рисом 130/150	Котлеты картофельные 140/150	Омлет натуральный 150/160	Голубцы ленивые с птлицей 130/150
Хлеб пшеничный 40/40	Соус кленовый 60/60	Соус молочный 40/60	Огурец свежий 30/50	Соус сметанный
Напиток из плодов шиповника 180/200	Хлеб пшеничный 40/40	Чай с яблоком 180/4,5 5200/5	Хлеб пшеничный 40/40	Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2
	Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2	Хлеб пшеничный 40/40	Напиток из плодов шиповника 180/200	Хлеб пшеничный 40/40

6 день	Завтрак						
7 день	Завтрак						
8 день	Завтрак						
9 день	Завтрак						
10 день	Завтрак						
Каша геркулесовая с молоком 1130/3/3 150/3,6/3,6	Суп молочный с макаронными изд 160/180	Каша кукурузная с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша пшенная с молоком 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша геркулесовая с молоком 1130/3/3 150/3,6/3,6	Каша перловая с молоком 1130/3/3 150/3,6/3,6	Каша геркулесовая с молоком 1130/3/3 150/3,6/3,6	Каша геркулесовая с молоком 1130/3/3 150/3,6/3,6
Кофейный напиток с молоком 180/7 200/10	Какао с молоком 180/7 200/10	Чай с сахаром 180/7 200/10	Какао с молоком 180/7 200/10	Чай с сахаром 180/7 200/10	Какао с молоком 180/7 200/10	Чай с сахаром 180/7 200/10	Чай с сахаром 180/7 200/10
Хлеб пшеничный 30/30	Бутерброд с маслом 30/10, 30/10	Хлеб пшеничный 30/30	Бутерброд с маслом 30/10, 30/10	Хлеб пшеничный 30/30	Бутерброд с маслом 30/10, 30/10	Хлеб пшеничный 30/30	Хлеб пшеничный 30/30
Сыр порционно 10/10		Повидло, джем порционно 10/10		Сыр порционно 10/10		Сыр порционно 10/10	
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Фрукты свежие (груша, яблоко, мандарины, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (банан, груша, яблоко, мандарины) 1/2 шт.	Снежок 100/100	Биокефир 100/100	Фрукты свежие (груша, яблоко, мандарины, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (груша, яблоко, мандарины, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (груша, яблоко, мандарины, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (груша, яблоко, мандарины, банан) 1 шт.
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Щи из свежей капусты с картофелем (на курином бульоне) 150/180	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (на мясном или курином бульоне) 150/180	Рассолыник ленинградский (на мясном или курином бульоне) со сметаной 150/180	Суп картофельный с бобовыми 150/180	Щи из свежей капусты с картофелем (на курином бульоне) 150/180	Суп картофельный с бобовыми 150/180	Рассолыник домашний (на мясном или курином бульоне) со сметаной 150/180	Рассолыник домашний (на мясном или курином бульоне) со сметаной 150/180
Котлеты рубленые из птицы 50/70	Печень по-строгановски 60, 80	Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе 50/10, 70/10	Котлета рубленая из птицы 50/70	Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе 50/10, 70/10	Котлета рубленая из птицы 50/70	Гуляш из отварного мяса 60/80	Гуляш из отварного мяса 60/80
Пюре картофельное/ капуста тушеная 80/30 90/40	Рис отварной 110, 130	Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе 50/10, 70/10	Соус сметанный с томатом 20/30	Тертая капуста тушеная в сметанном соусе 50/10, 70/10	Соус сметанный с томатом 20/30	Рис отварной 110/130	Рис отварной 110/130
Соус сметанный с томатом 20/30	Салат из свежих огурцов 30/50	Макаронные изделия отварные 110/130	Каша гречневая рассыпчатая 110/130	Макаронные изделия отварные 110/130	Каша гречневая рассыпчатая 110/130	Овощи свежие (помидор) 30/50	Овощи свежие (помидор) 30/50
Компот из сушеных фруктов 150, 180	Компот из кураги 150, 180	Овощи свежие (помидор) 30/50	Овощи натуральные соленые (огурец)	Овощи свежие (помидор) 30/50	Овощи натуральные соленые (огурец)	Компот из кураги 150, 180	Компот из кураги 150, 180
Хлеб ржаной 30, 40	Хлеб ржаной 30, 40	Компот из свежих плодов (яблоко) 150, 180	Компот из сухофруктов 150/180	Компот из свежих плодов (яблоко) 150, 180	Компот из сухофруктов 150/180	Хлеб ржаной 30, 40	Хлеб ржаной 30, 40
		Хлеб ржаной 30, 40	Хлеб ржаной 30, 40	Хлеб ржаной 30, 40	Хлеб ржаной 30, 40		
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Конд. изд. (печенье, вафли, пряник) 2/5 шт (не менее 20/50гр)	Конд. изд. (пряник, печенье, вафли) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)	Конд. изд. (вафли, печенье, пряник) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)	Фрукты свежие (яблоко, груша, мандарины, банан) 1 шт.	Конд. изд. (вафли, печенье, пряник) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)	Фрукты свежие (яблоко, груша, мандарины, банан) 1 шт.	Конд. изд. (пряник, печенье, вафли) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)	Конд. изд. (пряник, печенье, вафли) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)
Сок овощной, фруктовый/компот из чернослива 180/200	Молоко кипяченое 180/200	Напиток из плодов шиповника 180, 200	Компот из чернослива 100/150	Напиток из плодов шиповника 180, 200	Компот из чернослива 100/150	Снежок 180/200	Снежок 180/200
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Запеканка рисовая 130/150	Макаронны отварные с сыром 160/20 200/20	Винегрет овощной 150/160	Запеканка из творога с морковью 130/150	Макаронны отварные с сыром 160/20 200/20	Запеканка из творога с морковью 130/150	Пирог " Манник" 70/70	Пирог " Манник" 70/70
Соус молочный сладкий 60/60	Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2	Ябло отварное 50, 50	Соус клюквенный 60/60	Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2	Ябло отварное 50, 50	Каша пшеничная с молоком и маслом слив. 150/3,6/3,6 180/4,3/4,3	Каша пшеничная с молоком и маслом слив. 150/3,6/3,6 180/4,3/4,3
Компот из изюма 180/200	Хлеб пшеничный 40/40	Чай с яблоком 180/4,5 200/5	Компот из изюма 180/200	Хлеб пшеничный 40/40	Чай с яблоком 180/4,5 200/5	Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2	Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2
Хлеб пшеничный 40/40		Хлеб пшеничный 40/40	Хлеб пшеничный 40/40	Хлеб пшеничный 40/40	Хлеб пшеничный 40/40		

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша рисовая с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша ячневая с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша пшеничная с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша манная с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6	Каша пшеничная с молоком 130/3/3 150/3,6/3,6
Чай с молоком 180/7 200/10	Чай с апельсином 180/4,5 200/5	Чай с сахаром 180/7 200/10	Какао с молоком 180/7 200/10	Чай с яблоком 180/4,5 200/5
Бутерброд с маслом сливочным 30/10	Хлеб пшеничный 30/30	Бутерброд с маслом сливочным 30/10, 30/10	Хлеб пшеничный 30/30	Бутерброд с маслом сливочным 30/10
	Сыр порционно 10/10		Повидло, джем порционно 10/10	
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Снежок 100	Фрукты свежие (яблоко, груша, мандарины, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (груша, мандарины, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (банан, груша, яблоко, мандарины) 1/2 шт.	Фрукты свежие (мандини, груша, яблоко, банан) 1 шт.
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Солянка из птицы 150/180	Бульон куриный с вермишелью 150/180	Ворш с капустой и картофелем со сметаной (на мясном или курином бульоне) 150/180	Суп картофельный с макаронными изделиями 150/180	Суп картофельный с бобовыми 150/180
Тертель мясные с рисом со сметанно томатным соусом 50/10, 70/10	Гренки из пшеничного хлеба 5/10	Котлета рыбная запеченная 50/70	Плов из птицы 160/160	Жаркое по-домашнему 160/160
Макаронные изделия отварные 110, 130	Котлеты, биточки рубленые мясные с соусом томатным 50/20 60/20	Макаронные изделия отварные с маслом 110, 130	Салат из свежлы (с растительным маслом) 30, 50	Овощи свежие (помидоры) порционно долькой 30/50
Салат из зеленого горошка 30/50	Пюре картофельное/ капуста тушеная 80/30 90/40	Салат из свежих огурцов 30/50	Компот из сушеных фруктов 150, 180	Компот из кураги 150/180
Компот из сушеных фруктов 150/180	Компот из свежих плодов (яблоко) 150, 180	Соус сметанный с томатом 10/10	Хлеб ржаной 30/40	Хлеб ржаной 30/40
Хлеб ржаной 30/40	Хлеб ржаной 30/40	Хлеб ржаной 30/40	Компот из чернослива 150/180	
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Фрукты свежие (мандини, груша, яблоко, банан) 1 шт.	Конд. изд. (вафля, печенье, пряник) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)	Конд. изд. (пряник, печенье, вафля) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)	Конд. изд. (печенье, вафля, пряник) 2/5 шт (не менее 20/50гр)	Конд. изд. (вафля, печенье, пряник) 1/2 шт (не менее 20/50 гр)
Компот из изюма 100/150	Сок овощной, фруктовый 180/200 / компот из кураги	Кисломолочный напиток (Йогурт питьевой обогащенный витаминами ДМК) 200/ Дакт элит 200	Молоко кипяченое 180/200	Биокефир 180/200
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Рагу овощное 150/30 180/30	Пудинг творожный с рисом 130/150	Котлеты картофельные 140/150	Омлет натуральный 150/160	Ватрушка с повидло 70/70
Хлеб пшеничный 40/40	Соус клюквенный 60/60	Соус молочный 40/60	Огурец свежий 30/50	Каша ячневая с молоком 150/3,6/3,6 180/3,6/3,6
Напиток из плодов шиповника 180/200	Хлеб пшеничный 40/40	Чай с яблоком 180/4,5 5200/5	Хлеб пшеничный 40/40	Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2
	Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2	Хлеб пшеничный 40/40	Напиток из плодов шиповника 180/200	Хлеб пшеничный 40/40

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша геркулесовая с молоком 1130/3/3 150/3,6/3,6 Кофейный напиток с молоком 180/7 200/10 Хлеб пшеничный 30/30 Сыр порционно 10/10	Суп молочный с макаронными изд 160/180 Какао с молоком 180/7 200/10 Бутерброд с маслом 30/10, 30/10	Каша кукурузная с молоком и маслом слив. 130/3/3 150/3,6/3,6 Чай с сахаром 180/7 200/10 Хлеб пшеничный 30/30 Повидло, джем порционно 10/10	Каша пшеничная с молоком 130/3/3 150/3,6/3,6 Какао с молоком 180/7 200/10 Бутерброд с маслом 30/10, 30/10	Каша геркулесовая с молоком 1130/3/3 150/3,6/3,6 Чай с сахаром 180/7 200/10
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Фрукты свежие (груша, яблоко, мандарины, банан) 1 шт.	Фрукты свежие (банан, груша, яблоко, мандарины) 1/2 шт.	Снежок 100/100	Биокефир 100/100	Фрукты свежие (груша, яблоко, мандарины, банан) 1 шт.
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Щи из свежей капусты с картофелем (на курином бульоне) 150/180 Котлеты рубленые из птицы 50/70 Пюре картофельное/ капуста тушеная 80/30 90/40 Соус сметанный с томатом 20/30 Компот из сушеных фруктов 150, 180 Хлеб ржаной 30, 40	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (на мясном или курином бульоне) 150/180 Печень по- стротановски 60, 80 Рис отварной 110, 130 Салат из свежих огурцов 30/50 Компот из кураги 150, 180 Хлеб ржаной 30, 40	Рассольник ленинградский (на мясном или курином бульоне) со сметаной 150/180 Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе 50/10, 70/10 Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе 50/10, 70/10 Макаронные изделия отварные 110/130 Овощи свежие (помидор) 30/50 Компот из свежих плодов (яблок) 150, 180 Хлеб ржаной 30, 40	Суп картофельный с бобовыми 150/180 Котлета рубленая из птицы 50/70 Соус сметанный с томатом 20/30 Каша гречневая рассыпчатая 110/130 Овощи натуральные соленые (огурец) Компот из сухофруктов 150/180 Хлеб ржаной 30, 40	Рассольник домашний (на мясном или курином бульоне) со сметаной 150/180 Гуляш из отварного мяса 60/80 Рис отварной 110/130 Овощи свежие (помидор) 30/50 Компот из кураги 150, 180 Хлеб ржаной 30, 40
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Конд. изд. (печенье, вафля, пряник) 2/5 шт (не менее 20/50гр) Сок овощной, фруктовый/компот из чернослива 180/200	Конд. изд. (пряник, печенье, вафля) 1/2 шт (не менее 20/50 гр) Молоко кипяченое 180/200	Конд. изд. (вафля, печенье, пряник) 1/2 шт (не менее 20/50 гр) Напиток из плодов шиповника 180, 200	Фрукты свежие (яблоко, груша, мандарины, банан) 1 шт. Компот из чернослива 100/150	Конд. изд. (пряник, печенье, вафля) 1/2 шт (не менее 20/50 гр) Снежок 180/200
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Запеканка рисовая 130/150 Соус молочный сладкий 60/60 Компот из изюма 180/200 Хлеб пшеничный 40/40	Макароны отварные с сыром 160/20 200/20 Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2 Хлеб пшеничный 40/40	Винегрет овощной 150/160 Дйцо отварное 50,50 Чай с яблоком 180/4,5 200/5 Хлеб пшеничный 40/40	Запеканка из творога с морковью 130/150 Соус клпковенный 60/60 Компот из изюма 180/200 Хлеб пшеничный 40/40	Крепдель сахарный 70/70 Чай с лимоном 180/7/3,5 200/8,4/4,2 Каша пшеничная с молоком 150/3,6/3,6 180/3,6/3,6