

МЕНЮ



1-Й ДЕНЬ

ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200
	КАКАО С МОЛОКОМ	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
	МАСЛО	5
	СЫР	15
В ПОРОЙ ЗАВТРАК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20
ОБЕД	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250
	БЕФСПРОГАНОВ ИЗ ОПВАРН. МЯСА	100
	КАША ТРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30
	КОМПОТ ИЗ СУХ. ФРУКТОВ	180
	ПЯМТУШКА С ЧЕСНОКОМ	50
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО	30
УТРО ПИЩЕЛАН ЫЙ ПОЛДНИК	ПЕФЛЕЛЯ РЫБНАЯ	80
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150
	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30
	ЧАЙ	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30

МЕНЮ



2-Й ДЕНЬ

ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200
	КОФЕЙНЫЙ НАТУРПОК	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
	МАСЛО	5
В ПОРОЙ ЗАВТРАК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО	30
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250
	КОПЛЕТКА МЯСНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ	80
	РАТУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45
	КОМПОТ ИЗ СВ. ФРУКТОВ	180
УТРО ПЛЕНЕЖИ ЫЙ ПОЛДНЯК	ПУДИНГ ИЗ ПВОРОТА	160
	ПОВИДЛО	20
	ЧАЙ	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20

МЕНЮ

3-й день



ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ ТЕРКУЛЕСОВАЯ	200
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35
	МАСЛО	5
ВПОРОЙ ЗАВТРАК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180
	ПЫРОЖОК С ЯБЛОКОМ	80
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО	30
	СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250
	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80
	МАКАРОНЫ ОЛІВАРНЬІЕ С ОВОЩ	150
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180
УЧЕБНО-РАБОЧИЙ ПОЛДНЯК	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25
	ЧАЙ	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20

МЕНЮ



4-й день

ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ СБОРНАЯ	200
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
	МАСЛО	5
	СЫР	15
ВЛЮБОЙ ЗАВТРАК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20
ОБЕД	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М/Б	250
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФ. С ПЕЧЕНЬЮ	90
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30
	КИСЕЛЬ	180
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО	30
УТРОПНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ПУДИНГ ПИВОРОЖНЫЙ	150
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180
	ПОВИДЛО	20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20

МЕНЮ

5-й день



ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ КАКАО ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МАСЛО	200 200 30 5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	180 20
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ КОПЛЕТЦА РЫБНАЯ С МОРКОВЬЮ РИС ОПВАРНОЙ КОМПОТ ИЗ С/.ФРУКТОВ ХЛЕБ РЖАНОЙ	30 250 80 120 180 30
УТРОПЕНЕЧНЫЙ ПОЛДНЯК	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНС. ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФРУКТ СВЕЖИЙ	110 20 200 35 100

МЕНЮ



6-Й ДЕНЬ

ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МАСЛО	200 200 30 5
ВПОРОЙ ЗАВТРАК	ЧАЙ С САХАРОМ КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	200 20
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО СВЕКОЛЬНИК ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ХЛЕБ РЖАНОЙ КОМПОТ ИЗ СУХ.ФР	30 250 200 45 180
УТРОПАЗДНИЧНЫЙ ПОЛДНЯК	ОЛАДЬИ ПОВИДЛО ЧАЙ ФРУКТ СВЕЖИЙ	90 20 200 110

МЕНЮ

7-й день



ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ КОФЕЙНЫЙ НАТЯПОК ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МАСЛО СЫР	200 200 35 5 15
ВПОРОЙ ЗАВТРАК	ЧАЙ С САХАРОМ ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	150 80
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО СМЕЛ. РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ ХЛЕБ РЖАНОЙ КОМПОТ ИЗ СВ. ФРУКТОВ	20 250 100 150 30 180
УТРОПНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ЗАПЕКАНКА ПВОРОЖНАЯ ПОВИДЛО ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЧАЙ ФРУКТ СВЕЖИЙ	130 20 35 200 100

МЕНЮ

8-й день



ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ ТЕРКУЛЕСОВАЯ	200
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
	МАСЛО	5
ВПОРОЙ ЗАВТРАК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20
ОБЕД	КАПУСТА КВАШЕННАЯ	70
	СУП ГОРОХОВЫЙ С ТРЕНКАМИ	260
	СУФЛЕ КУРИНОЕ	100
	РИС С ОВОЦАМИ	150
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30
	КОМПЛИ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50
УТРОПЕНЕЧНЫЙ ПОЛДНЯК	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90
	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	20
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40
	ЧАЙ	200
	ФРУКТ СВЕЖИЙ	115

МЕНЮ



9-й день

ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ КАКАО ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ МАСЛО СЫР	200 200 30 5 15
ВПОРОЙ ЗАВТРАК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	180 20
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ПЕЩЕЛИ МЯСНЫЕ ЗАПЕЧ. МАКАРОНЫ ОПВАРНЫЕ С ОВОЦАМИ ХЛЕБ РЖАНОЙ КОМПОТ ИЗ СВЕЖ. ФРУКТОВ	30 250 80 150 45 180
УТРОПЕННЫЙ ПОЛДНЯК	ЗАПЕКАНКА ПИВОРОЖНАЯ ПОВИДЛО ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЧАЙ ФРУКТ СВЕЖИЙ	130 20 20 200 120

МЕНЮ



10-й день

ДЕНЬ	БЛЮДА	ВЫХОД В ГРАММАХ
ЗАВТРАК	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕЕННАЯ	200
	КОФЕЙНЫЙ НАТИПОК	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
	МАСЛО	5
В ПОРОЙ ЗАВТРАК	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20
ОБЕД	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННО	30
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250
	КОПЛЕЦА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ	80
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45
	КИСЕЛЬ	180
УПОЛНЕННЫЙ ПОЛДНЯК	СОСИСКА ОПВАРНАЯ	69
	КАПУСТА ПУШЕНАЯ	180
	ЧАЙ	200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80