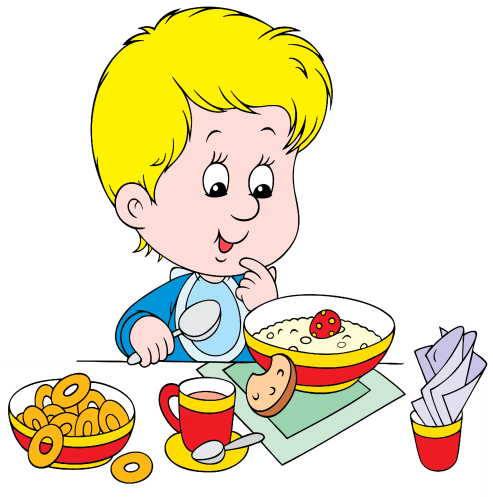
|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Неделя первая** | | |  |
| **Понедельник** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная пшенная жидкая | 150 | 180 |
|  | Чай с молоком | 180 | 180 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  | Кекс чайный | 20 | 30 |
|  |  | **358** | **400** |
| 2-ой завтрак | Молочный ванильный напиток | 100 | 150 |
|  |  | **100** | **150** |
| Обед | Суп с макаронными изделиями и курой | 150/10 | 200/10 |
|  | Капуста тушеная с мясом свинины | 150 |  |
|  | Капуста тушеная |  | 130 |
|  | Биточек мясной |  | 70 |
|  | Овощи по сезону | 30 | 30 |
|  | Компот | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржаной йодированный | 34 | 43 |
|  |  | **524** | **633** |
| Уплотненный полдник | Тефтели рыбные с соусом | 60/40 | 90/50 |
|  | Рис отварной | 100 | 110 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 150 |
|  | Кондитерское изделие | 18 | 18 |
|  |  | **398** | **453** |
|  |  | **1380** | **1636** |



**Неделя первая**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вторник** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая | 150 | 180 |
|  | Кофейный напиток на молоке | 180 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  | Сыр |  | 10 |
|  |  | **360** | **405** |
| 2-ой завтрак | Фрукт | 125 | 125 |
|  |  | **125** | **125** |
| Обед | Суп из овощей с мясом и сметаной | 150/10 | 200/10 |
|  | Пюре картофельное | 120 | 150 |
|  | Суфле рыбное | 70 | 70 |
|  | Овощи по сезону | 15 | 20 |
|  | Компот | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 34 | 43 |
|  |  | **549** | **643** |
| Уплотненный полдник | Запеканка из творога | 100 | 120 |
|  | Молоко сгущенное | 20 | 25 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|  | Кондитерское изделие | 23 | 23 |
|  |  | **293** | **348** |
|  |  | **1327** | **1521** |



**Неделя первая**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Среда** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная рисовая жидкая | 150 | 180 |
|  | Какао с молоком | 180 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  |  | **368** | **405** |
| 2-ой завтрак | Фрукт | 125 | 125 |
|  |  | **125** | **125** |
| Обед | Суп картофельный рыбный | 170 | 225 |
|  | Гуляш из мяса птицы | 30/30 | 35/35 |
|  | Каша гречневая рассыпчатая | 70 | 100 |
|  | Кукуруза отварная | 15 | 20 |
|  | Хлеб ржаной йодированный | 34 | 43 |
|  | Напиток из фруктов | 150 | 150 |
|  |  | **499** | **608** |
| Уплотненный полдник | Жаркое по-домашнему со свининой | 200 | 250 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 150 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 25 | 35 |
|  | Печенье | 18 | 18 |
|  |  | **393** | **453** |
|  |  | **1385** | **1591** |



**Неделя первая**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Четверг** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная ячневая жидкая | 150 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  | Чай с сахаром, молоком | 180 | 180 |
|  | Сыр |  | 10 |
|  |  | **368** | **405** |
| 2-ой завтрак | Кисломолочный продукт | 100 | 150 |
|  |  | **100** | **150** |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне | 150 | 200 |
|  | Азу говядины | 60 | 70 |
|  | Макаронные изделия отварные | 70 | 110 |
|  | Овощи по сезону | 30 | 30 |
|  | Напиток из сухофруктов | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржаной | 34 | 43 |
|  |  | **494** | **603** |
| Уплотненный полдник | Пудинг из творога | 100 | 140 |
|  | Соус сметанный сладкий | 25 | 30 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 150 |
|  | Выпечное изделие | 50 | 50 |
|  |  | **325** | **400** |
|  |  | **1287** | **1558** |



**Неделя первая**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Пятница** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная жидкая «Дружба» | 150 | 180 |
|  | Кофейный напиток на молоке | 180 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  |  | **368** | **405** |
| 2-ой завтрак | Фрукт | 125 | 125 |
|  |  | **125** | **125** |  |
| Обед | Борщ со сметаной | 150 | 200 |
|  | Ёжики мясные со сметанным соусом | 120/50 | 120/50 |
|  | Овощи по сезону | 15 | 30 |
|  | Компот из свежих плодов | 150 | 180 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 34 | 43 |
|  |  | **519** | **623** |
| Уплотненный полдник | Картофельное пюре | 120 | 150 |
|  | Котлета (биточек) рыбная |  | 70 |
|  | Гуляш из рыбы | 50/50 |  |
|  | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 25 | 35 |
|  | Пирог Манник | 50 | 50 |
|  |  | **445** | **485** |
|  |  | **1457** | **1638** |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Неделя вторая** | | |  |
| **Понедельник** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая | 150 | 180 |
|  | Чай с молоком | 180 | 200 |
|  | Кекс чайный | 20 | 30 |
|  |  | **350** | **410** |
| 2-ой завтрак | Кисломолочный напиток | 100 | 120 |
|  |  | **100** | **120** |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | 150 | 200 |
|  | Тефтели «Сочные» с соусом |  | 50/50 |
|  | Суфле из говядины | 50 |  |
|  | Рис отварной | 70 | 100 |
|  | Овощи по сезону | 15 | 20 |
|  | Напиток из смеси сухофруктов | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 34 | 43 |
|  |  | **469** | **613** |
| Уплотненный полдник | Пудинг из творога | 100 | 140 |
|  | Соус молочный (сладкий) | 25 | 30 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|  | Булочка ванильная | 60 | 60 |
|  |  | **335** | **410** |
|  |  | **1254** | **1553** |



**Неделя вторая**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вторник** | | | | | |  |
| Завтрак | | Каша ячневая молочная жидкая | | 150 | | 180 |
|  | | Кофейный напиток на молоке | | 180 | | 180 |
|  | | Гренка с сыром | | 50 | | 50 |
|  | |  | | **380** | | **410** |
| 2-ой завтрак | | Сок фруктовый | | 120 | | 200 |
|  | |  | | **120** | | **200** |
| Обед | | Рассольник Ленинградский с курой и сметаной | | 150/10 | | 200/10 |
|  | | Печень по-строгановски | | 30 | | 35 |
|  | | Каша гречневая рассыпчатая | | 70 | | 100 |
|  | | Овощи свежие | | 30 | | 30 |
|  | | Компот из плодов | | 150 | | 150 |
|  | | Хлеб ржаной | | 34 | | 43 |
|  | |  | | **474** | | **603** |
| Уплотненный полдник | | Суфле рыбное | | 50 | | 70 |
|  | | Картофельное пюре | | 150 | | 150 |
|  | | Чай с сахаром | | 150 | | 180 |
|  | | Хлеб пшеничный йодированный | | 30 | | 35 |
|  | | Печенье | | 23 | | 23 |
|  | |  | | **403** | | **458** |
|  | |  | | **1377** | | **1671** |
| **Неделя вторая**  **Среда** | | | | |  | | |
| Завтрак | Каша молочная пшенная жидкая | | 150 | | 180 | | |
|  | Какао с молоком | | 180 | | 180 | | |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | | 30 | | 35 | | |
|  | Масло сливочное | | 8 | | 10 | | |
|  |  | | **368** | | **405** | | |
| 2-ой завтрак | Фрукт | | 125 | | 125 | | |
|  |  | | **125** | | **125** | | |
| Обед | Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной | | 150 | | 200 | | |
|  | Гуляш «Болоньез» | | 50 | | 60 | | |
|  | Макаронные изделия отварные | | 70 | | 110 | | |
|  | Кукуруза отварная | | 15 | | 15 | | |
|  | Компот из свежих плодов | | 150 | | 180 | | |
|  | Хлеб ржаной | | 34 | | 43 | | |
|  |  | | **469** | | **608** | | |
| Уплотненный полдник | Омлет натуральный | | 100 | | 140 | | |
|  | Чай с сахаром | | 150 | | 180 | | |
|  | Сыр | | 10 | | 10 | | |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | | 30 | | 35 | | |
|  | Печенье | | 18 | | 36 | | |
|  |  | | **308** | | **401** | | |
|  |  | | **1270** | | **1539** | | |



**Неделя вторая**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Четверг** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная пшеничная жидкая | 150 | 180 |
|  | Чай с молоком | 180 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  |  | **368** | **405** |
| 2-ой завтрак | Фрукт | 130 | 130 |
|  |  | **130** | **130** |
| Обед | Суп картофельный с яйцом и сметаной | 150 | 200 |
|  | Биточек из мяса кур |  | 50 |
|  | Капуста тушеная |  | 150 |
|  | Капуста тушеная с курой | 200 |  |
|  | Овощи по сезону | 15 | 20 |
|  | Компот | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | 34 | 43 |
|  |  | **549** | **613** |
| Уплотненный полдник | Пудинг творожный | 100 | 140 |
|  | Молоко сгущенное | 25 | 30 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|  | Ватрушка с джемом | 50 | 50 |
|  |  | **325** | **400** |
|  |  | **1372** | **1548** |



**Неделя вторая**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Пятница** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная манная жидкая | 150 | 180 |
|  | Кофейный напиток на молоке | 180 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  |  | **358** | **400** |
| 2-ой завтрак | Фрукт | 125 | 125 |
|  |  | **125** | **125** |
| Обед | Суп из овощей с мясом | 150/10 | 200/10 |
|  | Пудинг рыбный запеченный | 60 |  |
|  | Соус молочный | 30 |  |
|  | Котлета (биточек) рыбная |  | 70 |
|  | Картофельное пюре | 120 | 150 |
|  | Овощи по сезону | 30 | 30 |
|  | Напиток из шиповника с изюмом | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржаной | 34 | 43 |
|  |  | **584** | **653** |
| Уплотненный полдник | Гуляш из мяса | 30/30 | 35/35 |
|  | Рис с овощами | 100 | 120 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 20 | 30 |
|  |  | **340** | **405** |
|  |  | **1417** | **1588** |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Неделя третья** | | |  |
| **Понедельник** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая | 150 | 180 |
|  | Кофейный напиток на молоке | 180 | 180 |
|  | Кекс чайный | 20 | 30 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  |  | **358** | **400** |
| 2-ой завтрак | Кисломолочный напиток | 100 | 120 |
|  |  | **100** | **120** |
| Обед | Суп с макаронными изделиями и курой | 150/10 | 200/10 |
|  | Плов со свининой | 150 |  |
|  | Рис отварной |  | 100 |
|  | Тефтели мясные с соусом |  | 50/50 |
|  | Кукуруза отварная | 15 | 15 |
|  | Компот из плодов | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржаной | 34 | 43 |
|  |  | **509** | **618** |
| Уплотненный полдник | Запеканка творожная | 100 | 120 |
|  | Молоко сгущенное | 20 | 30 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|  | Кондитерское изделие | 23 | 23 |
|  |  | **293** | **353** |
|  |  | **1260** | **1491** |



**Неделя третья**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вторник** | | | | | |  |
| Завтрак | | Суп молочный с макаронными изделиями | | 150 | | 180 |
|  | | Чай с молоком | | 180 | | 180 |
|  | | Гренка с сыром | | 50 | | 50 |
|  | |  | | **380** | | **410** |
| 2-ой завтрак | | Сок фруктовый | | 120 | | 200 |
|  | |  | | **120** | | **200** |
| Обед | | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | | 150 | | 200 |
|  | | Пюре картофельное | | 120 | | 150 |
|  | | Пудинг рыбный запеченый | | 60 | | 90 |
|  | | Соус молочный | | 30 | | 30 |
|  | | Овощи по сезону | | 15 | | 20 |
|  | | Компот из смеси сухофруктов | | 150 | | 150 |
|  | | Хлеб ржаной | | 34 | | 43 |
|  | |  | | **569** | | **693** |
| Уплотненный полдник | | Каша гречневая молочная | | 200 | | 250 |
|  | | Чай с сахаром | | 150 | | 180 |
|  | | Хлеб пшеничный йодированный | | 30 | | 30 |
|  | | Плюшка российская | | 50 | | 50 |
|  | | Фрукт | | 130 | | 130 |
|  | |  | | **560** | | **640** |
|  | |  | | **1629** | | **1943** |
| **Неделя третья**  **Среда** | | | | |  | |
| Завтрак | Каша молочная ячневая жидкая | | 150 | | 180 | |
|  | Какао с молоком | | 180 | | 180 | |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | | 30 | | 30 | |
|  | Масло сливочное | | 8 | | 10 | |
|  |  | | **368** | | **400** | |
| 2-ой завтрак | Фрукт | | 125 | | 125 | |
|  |  | | **125** | | **125** | |
| Обед | Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной | | 150/10 | | 200/10 | |
|  | Запеканка из печени с рисом | | 150 | | 150 | |
|  | Соус сметанный | | 50 | | 50 | |
|  | Овощи по сезону | | 30 | | 30 | |
|  | Напиток из свежих плодов | | 150 | | 150 | |
|  | Хлеб ржано-пшеничный | | 34 | | 43 | |
|  |  | | **564** | | **623** | |
| Уплотненный полдник | Рагу из овощей с зеленым горошком со свининой | | 200 | |  | |
|  | Рагу из овощей с зеленым горошком | |  | | 150 | |
|  | Биточек мясной «Нежный» | |  | | 70 | |
|  | Чай с сахаром | | 150 | | 200 | |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | | 25 | | 30 | |
|  | Ватрушка с творогом | | 50 | | 50 | |
|  |  | | **425** | | **500** | |
|  |  | | **1482** | | **1648** | |



**Неделя третья**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Четверг** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная манная жидкая | 150 | 180 |
|  | Кофейный напиток на молоке | 180 | 180 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  |  | **368** | **405** |
| 2-ой завтрак | Фрукт | 125 | 125 |
|  |  | **125** | **125** |
| Обед | Суп картофельный с рыбными консервами | 170 | 225 |
|  | Картофель тушеный с курой | 200 |  |
|  | Тефтели «Крепыш» с соусом |  | 40/40 |
|  | Картофель тушеный |  | 150 |
|  | Овощи свежие | 15 | 20 |
|  | Напиток из шиповника с изюмом | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржаной | 34 | 43 |
|  |  | **569** | **668** |
| Уплотненный полдник | Омлет натуральный | 100 | 140 |
|  | Сыр | 10 | 10 |
|  | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 35 |
|  | Фрукт | 120 | 120 |
|  | Печенье | 18 | 36 |
|  |  | **308** | **401** |
|  |  | **1370** | **1599** |



**Неделя третья**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Пятница** | | |  |
| Завтрак | Каша молочная жидкая «Дружба» | 150 | 180 |
|  | Чай с сахаром и молоком | 180 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 30 |
|  | Масло сливочное | 8 | 10 |
|  |  | **368** | **400** |
| 2-ой завтрак | Молочный ванильный напиток | 100 | 150 |
|  |  | **100** | **150** |
| Обед | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 150/10 | 200/20 |
|  | Гуляш из говядины | 30/30 | 35/35 |
|  | Макаронные изделия отварные | 70 | 120 |
|  | Овощи по сезону | 30 | 30 |
|  | Напиток из плодов | 150 | 150 |
|  | Хлеб ржаной | 34 | 43 |
|  |  | **504** | **633** |
| Уплотненный полдник | Пюре картофельное | 120 | 150 |
|  | Котлета (биточек) рыбный |  | 70 |
|  | Рыба тушеная с овощами | 50/50 |  |
|  | Чай с молоком | 150 | 180 |
|  | Хлеб пшеничный йодированный | 25 | 25 |
|  | Пирог «Манник» | 50 | 50 |
|  |  | **445** | **475** |
|  |  | **1417** | **1658** |

