|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Неделя 1** | | | |
| **Понедельник** | **Завтрак** Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр) : 10 (id:24581) Каша молочная «Геркулес» (200гр) : 54-29к (id:24223) Кофейный напиток с молоком (180гр) : 54-23гн (id:24228) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (апельсин) : Пром. (id:24597) | **Обед** Салат с зеленым горошком и луком (60гр) : 10 (id:24521) Суп с рыбными консервами (200гр) : 54-27с (id:24230) Макароны отварные (120гр) : 54-1г (id:24233) Запеканка из печени (80гр) : 294 (id:24183) Соус томатно-сметанный (30гр) : 355 (id:24187) Компот из шиповника и сухофруктов (180гр) : 54-7хн (id:26843) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Чай с молоком (180гр) : 54-4гн (id:24601) Крендель с сахаром (70гр) : 54-16в (id:24234) | **Ужин** Сложный гарнир (картофель и капуста) (220гр) : 553 (id:26945) Чай с лимоном и сахаром (200гр) : 54-3гн (id:26835) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) Кондитерские изделия (вафли) : Пром. (id:24619) |
| **Вторник** | **Завтрак** Сыр твердых сортов порционно (10гр) : 54-1з (id:24586) Омлет натуральный (180гр) : 54-1о (id:27521) Чай с сахаром (180гр) : 54-2гн (id:24215) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Салат "Здоровье" (60гр) : 37 (id:24527) Рассольник со сметаной на курином бульоне (200/8гр) : 73 (id:24248) Капуста тушенная с курами (150/80гр) : 54-32м (id:24576) Напиток витаминизированный (180гр) : Пром. (id:26837) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Ватрушка с повидлом (80гр) : 54-14в (id:24589) Кисломолочная продукция "Йогурт" : Пром. (id:24591) | **Ужин** Каша пшеничная (150гр) : 313 (id:26925) Тефтели мясные "Ёжики" с томатно-сметанным соусом (60/20гр) : 54-15м (id:24592) Компот из сухофруктов (200гр) : 54-1хн (id:26429) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |
| **Среда** | **Завтрак** Суфле творожное со сгущенным молоком (180/20гр) : 54-4т (id:24623) Чай (180гр) : 54-2гн (id:26982) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Икра кабачковая (60гр) : 53 (id:24531) Борщ со сметаной (200/8гр) : 54-2с (id:24942) Картофельное пюре (150гр) : 54-11г (id:24933) Шницель рыбный (80гр) : 54-3р (id:25374) Соус томатно-сметанный (20гр) : 355 (id:26526) Компот из свежих яблок (180гр) : 54-5хн (id:26841) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Кисель фруктовый (200гр) : Пром. (id:26431) Кондитерские изделия (печенье) : Пром. (id:24618) | **Ужин** Сыр твердых сортов порционно (10гр) : 54-1з (id:24586) Каша молочная «Дружба» (200гр) : 54-16к (id:25075) Какао с молоком (200гр) : 54-21гн (id:26833) Батон : Пром. (id:25439) |
| **Четверг** | **Завтрак** Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр) : 10 (id:24581) Каша молочная пшенная (200гр) : 54-6к (id:25077) Чай с молоком (180гр) : 54-4гн (id:24601) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Салат из свеклы с зеленым горошком (60гр) : 34 (id:24537) Суп картофельный с макаронными изделиями (200гр) : 54-24с (id:24948) Голубцы ленивые в томатно-сметанном соусе (220гр) : 54-19м (id:25294) Компот из замороженных ягод (180гр) : 54-6хн (id:26839) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Молоко кипяченое (200гр) : 394 (id:26914) Сочник с творогом (80гр) : 496 (id:25123) | **Ужин** Картофель тушеный (220гр) : 133 (id:26939) Кисель витаминизированный (200гр) : Пром. (id:24605) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Кондитерские изделия (вафли) : Пром. (id:24619) |
| **Пятница** | **Завтрак** Каша молочная «Сборная» (200гр) : 168 (id:25078) Кофейный напиток с молоком (180гр) : 54-23гн (id:24228) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (яблоко) : Пром. (id:24598) | **Обед** Салат из квашеной капусты с луком (60гр) : 45 (id:24541) Суп с бобовыми (фасоль) и гренками (200/30гр) : 54-9с (id:24988) Запеканка картофельная с мясом и томатно-сметанным соусом (180/30гр) : 54-17м (id:25353) Компот из сухофруктов (180гр) : 54-1хн (id:24236) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Батон с маслом и сыром (50/10/10гр) : 10-1 (id:25103) Чай с лимоном и сахаром (180гр) : 54-3гн (id:26825) | **Ужин** Каша перловая (150гр) : 54-5г (id:26938) Котлеты рыбные (60гр) : 54-3р (id:26524) Соус красный основной (20гр) : 54-3соус (id:25297) Сок фруктовый : Пром. (id:24596) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) |
| **Неделя 2** | | | |  |  |
| **Понедельник** | **Завтрак** Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр) : 10 (id:24581) Каша молочная «Дружба» (200гр) : 54-16к (id:25075) Какао с молоком (180гр) : 54-21гн (id:24243) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Салат с консервированной кукурузой и луком (60гр) : 12 (id:24523) Рассольник "Ленинградский" со сметаной на курином бульоне (200/8гр) : 54-3с (id:24943) Жаркое по-домашнему из мяса кур (200гр) : 54-33м (id:25150) Компот из шиповника и сухофруктов (180гр) : 54-7хн (id:26843) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Чай с лимоном и сахаром (180гр) : 54-3гн (id:26825) Пирожок с повидлом (70гр) : 454 (id:25108) | **Ужин** Вареники ленивые с творогом и маслом (100/10гр) : 229 (id:24928) Чай с молоком (200гр) : 54-4гн (id:26834) Батон : Пром. (id:25439) Фрукты свежие (яблоко) : Пром. (id:24598) |
| **Вторник** | **Завтрак** Сыр твердых сортов порционно (10гр) : 54-1з (id:24586) Омлет с зеленым горошком (180гр) : 54-2о (id:27522) Чай с сахаром (180гр) : 54-2гн (id:24215) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (банан) : Пром. (id:24599) | **Обед** Винегрет (60гр) : 54-16з (id:24545) Суп рыбный "Уха" (150/50гр) : 54-31с (id:24986) Макароны отварные (120гр) : 54-1г (id:24233) Биточки мясные (70гр) : 54-6м (id:25296) Соус красный основной (20гр) : 54-3соус (id:25297) Компот из сухофруктов (180гр) : 54-1хн (id:24236) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Булочка с сахаром (70гр) : 469 (id:25110) Кисломолочная продукция "Снежок" : Пром. (id:24590) | **Ужин** Картофель тушенный с печенью (220гр) : 436 (id:26941) Напиток витаминизированный (200гр) : Пром. (id:26829) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |
| **Среда** | **Завтрак** Запеканка творожная со сгущенным молоком (180/20гр) : 54-1т (id:24622) Чай (180гр) : 54-2гн (id:26982) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Салат "Зимний" (60гр) : 25 (id:24553) Суп "Бабушкин" (200гр) : 86 (id:24979) Картофельное пюре (150гр) : 54-11г (id:24933) Тефтели рыбные с томатно-сметанным соусом (80/20гр) : 54-11р (id:25376) Компот из свежих яблок (180гр) : 54-5хн (id:26841) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Кисель фруктовый (200гр) : Пром. (id:26431) Кондитерские изделия (печенье) : Пром. (id:24618) | **Ужин** Масло сливочное (порциями) : 53-19з (id:24585) Каша молочная «Сборная» (200гр) : 168 (id:25078) Кофейный напиток с молоком (200гр) : 54-23гн (id:26832) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |
| **Четверг** | **Завтрак** Каша молочная манная (200гр) : 54-27к (id:25083) Яйцо вареное : 54-6о (id:24588) Чай с молоком (180гр) : 54-4гн (id:24601) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (банан) : Пром. (id:24599) | **Обед** Салат из свеклы с изюмом (60гр) : 32 (id:24560) Щи из свежей капусты со сметаной (200/8гр) : 54-1с (id:24945) Плов из мяса говядины (200гр) : 54-11м (id:25305) Сок фруктовый : Пром. (id:24596) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Чай с лимоном и сахаром (180гр) : 54-3гн (id:26825) Ватрушка с творогом (80гр) : 458 (id:25105) | **Ужин** Овощное рагу (220гр) : 54-9г (id:26942) Компот из замороженных ягод (200гр) : 54-6хн (id:26827) Кондитерские изделия (вафли) : Пром. (id:24619) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |
| **Пятница** | **Завтрак** Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр) : 10 (id:24581) Каша молочная гречневая (200гр) : 54-20к (id:25084) Какао с молоком (180гр) : 54-21гн (id:24243) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (банан) : Пром. (id:24599) | **Обед** Салат "Степной" (60гр) : 22 (id:24554) Суп с пшенной крупой "Кудрявый" со сметаной (200/8гр) : 134 (id:24954) Гороховое пюре (130гр) : 54-21г (id:26952) Мясо тушеное с соусом (60/20гр) : 54-2м (id:25310) Компот из сухофруктов (180гр) : 54-1хн (id:24236) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Батон запеченный с сыром (65гр) : 10-2 (id:25104) Молоко кипяченое (200гр) : 394 (id:26914) | **Ужин** Плов фруктовый с морковью и изюмом (210гр) : 54-43к (id:27525) Кисель витаминизированный (200гр) : Пром. (id:24605) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |
| **Неделя 3** | | | |  |  |
| **Понедельник** | **Завтрак** Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр) : 10 (id:24581) Каша молочная пшеничная (200гр) : 54-13к (id:25079) Кофейный напиток с молоком (180гр) : 54-23гн (id:24228) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (апельсин) : Пром. (id:24597) | **Обед** Салат с зеленым горошком и луком (60гр) : 10 (id:24521) Суп с рисовой крупой "Крестьянский" со сметаной на курином бульоне (200/8гр) : 54-11с (id:24951) Овощное рагу (150гр) : 54-9г (id:26489) Суфле из мяса кур (80гр) : 54-22м (id:25349) Напиток витаминизированный (180гр) : Пром. (id:26837) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Полдник** Чай с молоком (180гр) : 54-4гн (id:24601) Пирожок с повидлом и морковью (70гр) : 454-1 (id:25109) | **Ужин** Каша перловая (150гр) : 54-5г (id:26938) Печень тушенная в томатно-сметанном соусе (60/20гр) : 54-16м (id:25148) Компот из сухофруктов (200гр) : 54-1хн (id:26429) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) |
| **Вторник** | **Завтрак** Сыр твердых сортов порционно (10гр) : 54-1з (id:24586) Омлет натуральный (180гр) : 54-1о (id:27521) Чай с сахаром (180гр) : 54-2гн (id:24215) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Салат "Степной" (60гр) : 22 (id:24554) Суп овощной со сметаной (200/8гр) : 54-26с (id:24953) Компот из шиповника и сухофруктов (180гр) : 54-7хн (id:26843) Курник с мясным фаршем и картофелем (180гр) : 746 (id:25124) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Кисломолочная продукция "Снежок" : Пром. (id:24590) Кондитерские изделия (пряники) : Пром. (id:24620) | **Ужин** Макароны отварные (150гр) : 54-1г (id:26943) Тефтели рыбные с томатно-сметанным соусом (80/20гр) : 54-11р (id:25376) Чай с лимоном и сахаром (200гр) : 54-3гн (id:26835) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |
| **Среда** | **Завтрак** Запеканка творожная со сгущенным молоком (180/20гр) : 54-1т (id:24622) Чай (180гр) : 54-2гн (id:26982) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Салат из квашеной капусты с луком (60гр) : 45 (id:24541) Рис отварной с овощами (150гр) : 166 (id:25092) Свекольник со сметаной (200/8гр) : 54-18с (id:24947) Котлеты рыбные (80гр) : 54-3р (id:25360) Соус томатно-сметанный (30гр) : 355 (id:24187) Компот из свежих яблок (180гр) : 54-5хн (id:26841) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Кисель фруктовый (200гр) : Пром. (id:26431) Крендель с сахаром (70гр) : 54-16в (id:24234) | **Ужин** Сыр твердых сортов порционно (10гр) : 54-1з (id:24586) Каша молочная «Геркулес» (200гр) : 54-29к (id:24223) Какао с молоком (200гр) : 54-21гн (id:26833) Батон : Пром. (id:25439) |
| **Четверг** | **Завтрак** Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр) : 10 (id:24581) Каша молочная кукурузная (200гр) : 54-2к (id:25087) Чай с молоком (180гр) : 54-4гн (id:24601) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (яблоко) : Пром. (id:24598) | **Обед** Салат из свеклы с зеленым горошком (60гр) : 34 (id:24537) Суп картофельный с клецками (200гр) : 54-6с (id:24956) Капуста тушеная (150гр) : 54-8г (id:26950) Тефтели мясные "Ёжики" с томатно-сметанным соусом (70/30гр) : 54-15м (id:26495) Компот из замороженных ягод (180гр) : 54-6хн (id:26839) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) Сочник с творогом (80гр) : 496 (id:25123) | **Ужин** Яйцо вареное : 54-6о (id:24588) Картофель тушеный в молоке (220гр) : 54-10г (id:26944) Кофейный напиток с молоком (200гр) : 54-23гн (id:26832) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |
| **Пятница** | **Завтрак** Вермишель молочная (200гр) : 54-19к (id:25088) Чай на молоке (180гр) : 394 (id:24602) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Салат "Зимний" (60гр) : 25 (id:24553) Суп с бобовыми (горох) и гренками (200/30гр) : 54-25с (id:24992) Рыба запеченная с картофелем (220гр) : 250 (id:27548) Компот из сухофруктов (180гр) : 54-1хн (id:24236) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Батон с маслом и сыром (50/10/10гр) : 10-1 (id:25103) Чай с лимоном и сахаром (180гр) : 54-3гн (id:26825) | **Ужин** Сложный гарнир (картофель и капуста) (220гр) : 553 (id:26945) Кисель витаминизированный (200гр) : Пром. (id:24605) Кондитерские изделия (пряники) : Пром. (id:24620) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) |
| **Неделя 4** | | | |  |  |
| **Понедельник** | **Завтрак** Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр) : 10 (id:24581) Каша молочная «Геркулес» (200гр) : 54-29к (id:24223) Какао с молоком (180гр) : 54-21гн (id:24243) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (банан) : Пром. (id:24599) | **Обед** Икра кабачковая (60гр) : 53 (id:24531) Суп с гречневой крупой "Любительский" со сметаной (200/8гр) : 80 (id:24952) Капуста тушеная (150гр) : 54-8г (id:26950) Котлеты мясные (70гр) : 54-4м (id:25295) Напиток витаминизированный (180гр) : Пром. (id:26837) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Чай с молоком (180гр) : 54-4гн (id:24601) Пирожок с повидлом (70гр) : 454 (id:25108) | **Ужин** Жаркое по-домашнему из мяса кур (220гр) : 54-33м (id:26946) Компот из сухофруктов (200гр) : 54-1хн (id:26429) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) |
| **Вторник** | **Завтрак** Омлет с сыром (180гр) : 54-4о (id:27523) Чай с сахаром (180гр) : 54-2гн (id:24215) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Салат "Здоровье" (60гр) : 37 (id:24527) Рассольник "Домашний" со сметаной на курином бульоне (200/8гр) : 54-4с (id:24944) Макароны отварные (120гр) : 54-1г (id:24233) Котлеты из мяса кур (80гр) : 54-5м (id:25324) Соус красный основной (20гр) : 54-3соус (id:25297) Компот из шиповника и сухофруктов (180гр) : 54-7хн (id:26843) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Кисломолочная продукция "Йогурт" : Пром. (id:24591) Кондитерские изделия (печенье) : Пром. (id:24618) | **Ужин** Вареники ленивые с творогом и маслом (100/10гр) : 229 (id:24928) Чай с лимоном и сахаром (200гр) : 54-3гн (id:26835) Фрукты свежие (яблоко) : Пром. (id:24598) Батон : Пром. (id:25439) |
| **Среда** | **Завтрак** Суфле творожное со сгущенным молоком (180/20гр) : 54-4т (id:24623) Чай (180гр) : 54-2гн (id:26982) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Сок фруктовый : Пром. (id:24596) | **Обед** Винегрет (60гр) : 54-16з (id:24545) Суп с мясными фрикадельками (200/15гр) : 54-5с (id:24980) Картофель тушеный (150гр) : 133 (id:26493) Суфле из рыбы (80гр) : 54-8р (id:25354) Компот из свежих яблок (180гр) : 54-5хн (id:26841) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Кисель фруктовый (180гр) : Пром. (id:24201) Булочка с присыпкой (70гр) : 469 (id:25111) | **Ужин** Сыр твердых сортов порционно (10гр) : 54-1з (id:24586) Вермишель молочная (200гр) : 54-19к (id:25088) Кофейный напиток с молоком (200гр) : 54-23гн (id:26832) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |
| **Четверг** | **Завтрак** Каша молочная манная (200гр) : 54-27к (id:25083) Яйцо вареное : 54-6о (id:24588) Чай с молоком (180гр) : 54-4гн (id:24601) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (банан) : Пром. (id:24599) | **Обед** Салат из свеклы с изюмом (60гр) : 32 (id:24560) Суп с зеленым горошком на курином бульоне (200гр) : 135 (id:24955) Плов из мяса кур (210гр) : 54-12м (id:25306) Компот из замороженных ягод (180гр) : 54-6хн (id:26839) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) | **Полдник** Батон запеченный с сыром (65гр) : 10-2 (id:25104) Молоко кипяченое (200гр) : 394 (id:26914) | **Ужин** Овощное рагу (220гр) : 54-9г (id:26942) Биточки мясные (60гр) : 54-6м (id:26513) Сок фруктовый : Пром. (id:24596) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) |
| **Пятница** | **Завтрак** Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/8гр) : 10 (id:24581) Каша молочная «Дружба» (200гр) : 54-16к (id:25075) Какао с молоком (180гр) : 54-21гн (id:24243) | **Второй завтрак** Фрукты свежие (банан) : Пром. (id:24599) | **Обед** Салат с консервированной кукурузой и луком (60гр) : 12 (id:24523) Суп с рыбными фрикадельками (200/15гр) : 54-34с (id:24983) Жаркое по-домашнему из мяса говядины (200гр) : 54-9м (id:25151) Кисель витаминизированный (180гр) : Пром. (id:26836) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) Хлеб ржаной : Пром. (id:24579) | **Полдник** Чай с лимоном и сахаром (200гр) : 54-3гн (id:26835) Кондитерские изделия (вафли) : Пром. (id:24619) | **Ужин** Плов фруктовый с морковью и изюмом (210гр) : 54-43к (id:27525) Компот из сухофруктов (200гр) : 54-1хн (id:26429) Хлеб пшеничный : Пром. (id:24578) |