|  |
| --- |
| **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) |