

МЕНЮ

День 1 (понедельник)

Завтрак 1:

1. Яйцо отварное 45гр
2. Сосиска отварная 40гр
3. Икра кабачковая 40гр
4. Напиток из шиповника 200гр
5. Хлеб 30гр

Завтрак 2:

1. Сок фруктовый 180гр

Обед:

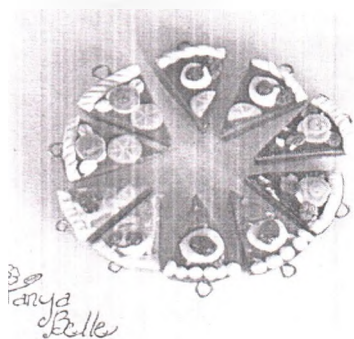
1. Суп гороховый на к/б 250гр
2. Плов с курицей 160гр
3. Свежий огурец 20гр
4. Хлеб 30гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Каша манная молочная 200гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Булочка домашняя 60гр

Ужин:

1. Какао с молоком 200гр
2. Булка 25гр



МЕНЮ

День 2 (вторник)

Завтрак 1:

1. Каша рисовая молочная 200гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Бутерброд с маслом 36гр

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр

Обед:

1. Суп из лосося с пшеном 250гр
2. Макароны с мясом 150гр
3. Салат из капусты с огурцом и редисом 50гр
4. Хлеб 30гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Вареники ленивые отварные 120гр
2. Молоко сгущенное 20гр
3. Напиток шиповник 200гр

Ужин:

1. Напиток лимонный 200гр
2. Пряник 40гр



День 3 (среда)

Завтрак 1:

1. Молочная геркулесовая каша 200гр
2. Чай с сахаром 200гр
3. Бутерброд с маслом 36гр

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр

Обед:

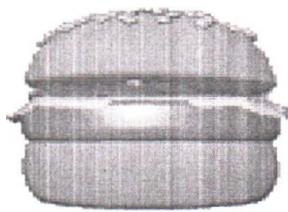
1. Щи на к/б со сметаной 250гр
2. Куры отварные 70гр
3. Пюре картофельное 140гр
4. Салат из свежих помидоров и огурцов 50гр
5. Хлеб 30гр
6. Батон 25гр
7. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Пицца по - домашнему 115гр
2. Салат из капусты, огурцов и кукурузы 70гр
3. Чай с лимоном 200гр

Ужин:

1. Напиток из шиповника 200гр
2. Печенье 25гр



МЕНЮ

День 4 (четверг)

Завтрак 1:

1. Молочная пшенная каша 200 гр.
2. Чай с лимоном 200гр.
3. Бутерброд с маслом и джемом 44гр.

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр.

Обед:

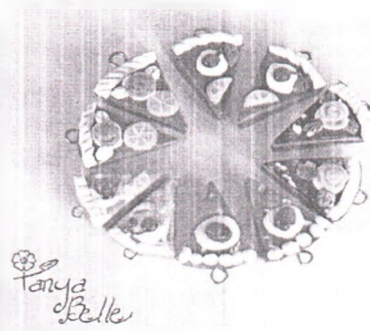
1. Свекольник на к/б со сметаной 250гр.
2. Мясные биточки «Гнездышко» 80 гр.
3. Каша гречневая рассыпчатая 130 гр.
4. Салат из свежих огурцов и редиса 50гр.
5. Хлеб 30гр.
6. Батон 20гр.
7. Компот из сухофруктов 200 гр.

Усиленный полдник:

1. Творожно-рисовый пудинг 120гр.
2. Соус фруктовый 40 гр.
3. Какао с молоком 200гр.

Ужин:

1. Кисломолочные продукты 200гр.
2. Вафли 20гр.



МЕНЮ

День 5 (пятница)

Завтрак 1:

1. Каша молочная «Дружба» 200гр
2. Напиток из шиповника 200гр
3. Бутерброд с сыром 40гр

Завтрак 2:

1. Сок фруктовый 180гр

Обед:

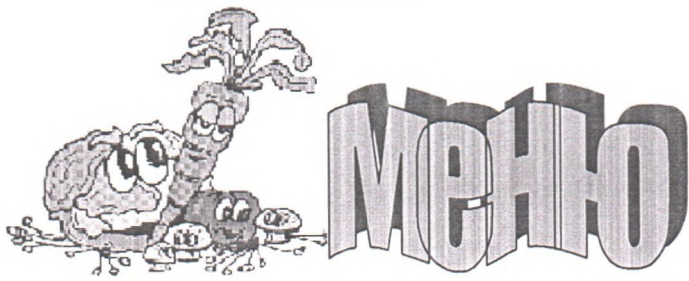
1. Суп с клецками на к/б 250гр
2. Жаркое по-домашнему 160гр
3. Салат из капусты и помидор 50гр
4. Хлеб 30гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Суфле рыбное 120гр
2. Салат из зеленого горошка со свежим огурцом 70гр
3. Чай с лимоном 200гр
4. Хлеб 30гр

Ужин:

1. Напиток фруктовый 200гр
2. Вафли 20гр



День 6 (понедельник)

Завтрак 1:

1. Сладкий плов с яблоком 170гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Печенье 25гр

Завтрак 2:

1. Сок фруктовый 180гр

Обед:

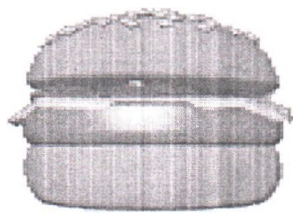
1. Рассольник на к/б со сметаной 250гр
2. Гречка по-купечески 160гр
3. Салат «Витаминный» 50гр
4. Хлеб 30гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200 гр

Усиленный полдник:

1. Каша геркулесовая молочная 200гр
2. Плюшка 60гр
3. Напиток шиповника 200гр

Ужин:

1. Чай 200гр
2. Булка 25гр



МЕНЮ

День 7 (вторник)

Завтрак 1:

1. Каша молочная «3 злака» 200гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Бутерброд с маслом 36гр

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр

Обед:

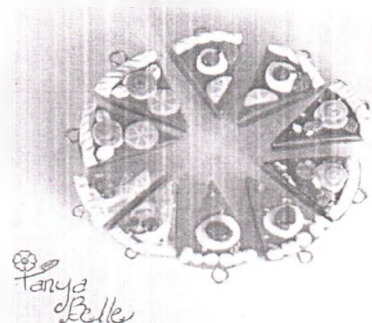
1. Борщ на к/б со сметаной 250гр
2. Печень по - строгановски 80гр
3. Картофельное пюре 150гр
4. Свежий помидор 25гр
5. Пампушка с чесноком 40гр
6. Батон 20гр
7. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Запеканка творожная с изюмом 120гр
2. Фруктовый соус 40гр
3. Какао с молоком 200гр

Ужин:

1. Кисломолочные продукты 200гр
2. Булка 25гр



МЕНЮ

День 8 (среда)

Завтрак 1:

1. Каша пшеничная молочная 200гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Бутерброд с маслом и сыром 46гр

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр

Обед:

1. Свекольник на к/б со сметаной 250гр
2. Куриные котлеты 80гр
3. Макароны отварные 130гр
4. Салат из свежих помидоров и огурцов 50гр
5. Хлеб 30гр
6. Батон 20гр
7. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Тефтели рыбные 130гр
2. Салат из капусты, огурцов и кукурузы 70гр
3. Напиток из шиповника 200гр
4. Батон 25гр

Ужин:

1. Чай 200гр
2. Вафли 20гр



День 9 (четверг)

Завтрак 1:

1. Каша гречневая молочная 200гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Бутерброд с колбасой 50гр

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр

Обед:

1. Суп пшенный на к/б 250гр
2. Капуста, тушенная с курицей 170гр
3. Свежие огурцы 25гр
4. Хлеб 30гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Вареники ленивые отварные 130гр
2. Сгущенное молоко 20гр
3. Напиток лимонный 200гр

Ужин:

1. Кисель фруктово-ягодный 200гр
2. Булка 25гр



День 10 (пятница)

Завтрак 1:

1. Каша рисовая молочная 200гр
2. Чай 200гр
3. Бутерброд с маслом 36гр

Завтрак 2:

1. Сок фруктовый 180гр

Обед:

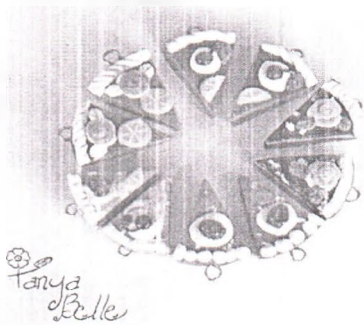
1. Суп лапша домашняя на к/б 250гр
2. Суфле куриное 120гр
3. Салат из капусты, огурцом и редисом 70гр
4. Хлеб 30гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Пюре картофельное 140гр
2. Сельдь 40гр
3. Чай с лимоном 200гр
4. Батон 30гр

Ужин:

1. Кисломолочные продукты 200гр
2. Булка 25гр



МЕНЮ

День 11 (понедельник)

Завтрак 1:

1. Макароны отварные с сахаром 140гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Печенье с сыром 35гр

Завтрак 2:

1. Сок фруктовый 180гр

Обед:

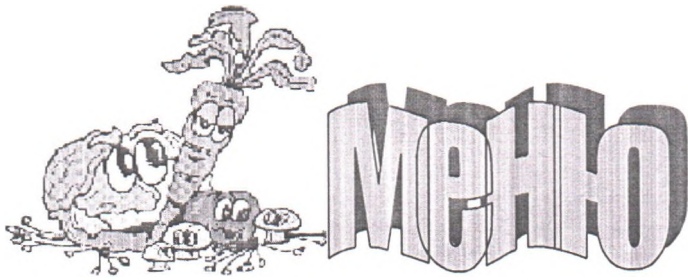
1. Суп харчо на к/б 250гр
2. Мясные биточки 80 гр
3. Каша гречневая рассыпчатая 130гр
4. Салат из зеленого горошка 40гр
5. Хлеб 30гр
6. Батон 20гр
7. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Каша молочная «Дружба» 200гр
2. Пироги с повидлом 60гр
3. Напиток из шиповника 200гр

Ужин:

1. Кисломолочные продукты 200гр
2. Булка 25гр



День 12 (вторник)

Завтрак 1:

1. Каша геркулесовая молочная 200гр
2. Кофейный напиток 200гр
3. Бутерброд с маслом 36гр

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр

Обед:

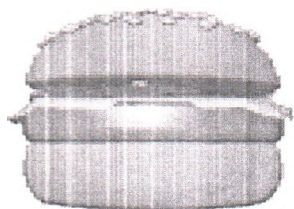
1. Суп с фрикадельками 250гр
2. Картофель тушеный с мясом 160 гр
3. Салат из капусты и редиса 50гр
4. Хлеб 30гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Запеканка творожная 120гр
2. Соус фруктовый 40гр
3. Чай с лимоном 200гр

Ужин:

1. Кисломолочные продукты 200гр
2. Батон 25гр



МЕНЮ

День 13 (среда)

Завтрак 1:

1. Каша манная молочная 200гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Бутерброд с маслом и сыром 46гр

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр

Обед:

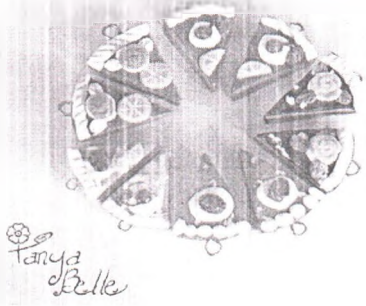
1. Борщ на к/б со сметаной 250гр
2. Печеночные оладьи 80гр
3. Рис отварной 130 гр
3. Свежий помидор 25гр
4. Пампушка с чесноком 40гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Омлет 100гр
2. Салат «Весенний» 80гр
3. Хлеб ржаной 30гр
4. Напиток из шиповника 200гр

Ужин:

1. Чай 200гр
2. Печенье 25гр



МЕНЮ

День 14 (четверг)

Завтрак 1:

1. Каша пшенная молочная 200гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Бутерброд с маслом 36гр

Завтрак 2:

1. Фрукты свежие 90гр

Обед:

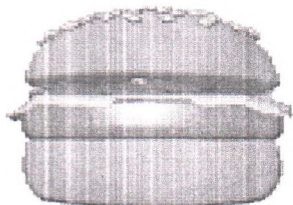
1. Суп картофельный с гренками на к/б 250гр
2. Голубцы ленивые 140гр
3. Свежие огурцы 25 гр
4. Хлеб ржаной 30гр
5. Батон 20гр
6. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Лапшевник с творогом 120гр
2. Соус сметанный 40гр
3. Напиток лимонный 200гр

Ужин:

1. Кисель фруктово-ягодный 200гр
2. Булка 25гр



МЕНЮ

День 15 (пятница)

Завтрак 1:

1. Каша гречневая молочная 200гр
2. Чай с лимоном 200гр
3. Бутерброд с маслом 36гр

Завтрак 2:

1. Сок фруктовый 180гр

Обед:

1. Суп с вермишелью на к/б 250гр
2. Рулет мясной с яйцом 130гр
3. Салат из капусты с помидором и огурцом 70гр
3. Хлеб ржаной 30гр
4. Батон 20гр
5. Компот из сухофруктов 200гр

Усиленный полдник:

1. Рыба тушеная с овощами 90гр
2. Пюре картофельное 130гр
3. Хлеб ржаной 30гр
4. Напиток из шиповника 200гр

Ужин:

1. Молоко 200гр
2. Булка 25гр