

1 день

Завтрак

Каша манная молочная жидкая – 170 г.

Чай с сахаром – 180 г.

Бутерброд с сыром – 42 г.

2-й завтрак

Сок фруктовый – 100 г.

Обед

Нарезка овощная помидор – 30 г.

Суп овощной со сметаной – 180/10 г.

Котлеты рубленые из птицы – 70 г.

Картофель отварной – 120/3 г.

Компот из свежих плодов – 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Вафли – 30 г.

Чай с сахаром молоком – 180 г.

2 день

Завтрак

Каша молочная геркулесовая – 170 г.

Масло сливочное – 5 г.

Чай с сахаром и лимоном – 180 г.

Батон – 30 г.

2-й завтрак

Яблоко - 150 г.

Обед

Свекла – 30 г.

Щи из свежей капусты со сметаной – 150/5 г.

Печень тушенная в соусе – 80 г.

Рис – 130 г.

Компот из сухофруктов – 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Печенье – 28 г.

Чай с сахаром – 180 г.

3 день

Завтрак

Каша молочная рисовая – 170 г.

Чай с сахаром – 170 г.

Батон - 30 г.

2-й завтрак

Сок – 100 г.

Обед

Нарезка овощная огурец – 30 г.

Суп гороховый – 180 г.

Жаркое по-домашнему – 150 г.

Компот с изюмом - 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Булочка «Веснушка» – 50 г.

Чай с сахаром - 180 г.

4 день

Завтрак

Каша манная молочная жидкая – 170 г.

Чай с сахаром – 180 г.

Батон - 30 г.

2-й завтрак

Яблоко – 100 г.

Обед

Капуста квашенная - 40 г.

Суп с макаронными изделиями – 185 г.

Котлеты рыбные «Любительские» – 60 г.

Рис припущенный с томатом – 130 г.

Компот из свежих плодов – 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Блинчики со сгущённым молоком – 60/15 г.

Чай с сахаром – 180 г.

Завтрак

Суп молочный с макаронами – 170 г.

Чай с сахаром и лимоном – 180 г.

Бутерброд с маслом – 30 г.

2-й завтрак

Сок – 100 г.

Обед

Овощи – 30 г.

Суп с крупой – 150/10 г.

Котлеты рубленые из птицы – 80 г.

Макароны – 105 г.

Компот из сухофруктов – 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Булочка «Веснушка» – 50 г.

Чай с молоком – 150 г.

Завтрак

Каша молочная рисовая – 170 г.

Бутерброд с повидлом - 40 г.

Чай с сахаром – 180 г.

2-й завтрак

Сок фруктовый – 150 г.

Обед

Свекла – 30 г.

Борщ со сметаной – 180/5 г.

Тефтели с рисом – 90 г.

Каша пшённая – 130 г.

Компот из свежих фруктов – 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Печенье – 28 г.

Чай с сахаром и молоком – 180 г.

Завтрак

Каша пшённая молочная – 170 г.

Чай с сахаром - 180 г.

Батон – 30 г.

2-й завтрак

5 день

6 день

7 день

Сок – 100 г.

Обед

Капуста – 30 г.

Суп гороховый – 180 г.

Рагу овощное с птицей – 150 г.

Компот из сухофруктов - 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Блинчики со сгущённым молоком – 80/15 г.

Чай с сахаром – 180 г.

Завтрак

Каша молочная геркулесовая – 170 г.

Чай с сахаром – 180 г.

Бутерброд с маслом – 30 г.

2-й завтрак

Яблоко – 100 г.

Обед

Нарезка овощная/огурец – 30 г.

Суп с макаронными изделиями – 180/5 г.

Котлеты биточки, шницели мясные – 60 г.

Рис припущенный – 130 г.

Компот из свежих плодов – 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Вафли – 30 г.

Чай – 150 г.

Завтрак

Каша манная молочная жидкая – 170 г.

Чай с сахаром и лимоном – 180 г.

Бутерброд с повидлом – 45 г.

2-й завтрак

Сок фруктовый – 100 г.

Обед

Овощи – 30 г.

Щи со свежей капустой и со сметаной – 150/10 г.

Котлеты рыбные «Любительские» – 80 г.

Пшённая каша – 130 г.

Компот из сухофруктов – 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Пряник – 35 г.

Чай с сахаром – 180 г.

Завтрак

Суп молочный – 170 г.

Чай – 180 г.

Батон с маслом – 30 г.

2-й завтрак

Фрукты – 100 г.

Обед

Свекла отварная – 30 г.

Рассольник «Ленинградский» – 150/10 г.

8 день

9 день

10 день

Плов с птицей – 150 г.

Компот с изюмом – 180 г.

Хлеб пшеничный/ржаной – 20/20 г.

Полдник

Булочка «Веснушка» – 50 г.

Чай с сахаром и лимоном – 180 г.