

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница		6 день суббота		7 день воскресенье	
Завтрак													
Каша,Геркулес молочная	160	Суп молочный вермишелевый	160	Каша Пшеничная молочная	160	Запеканка Северная творожно - манная	110	Каша Ячневая или Пшеничная молочная	160				
Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Молоко гущенное	50	Масло сливочное	5				
Сыр твердый	10	Сыр твердый	10	Сыр твердый	10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Сыр твердый	10				
Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Чай русский	180	Батон белый+хлеб ржаной	20/10				
Кофе напиток шоколадный	160	Чай карамель молочная	160	Какао на молоке	180			Напиток десертный	160				
Завтрак 2													
Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Компот натуральный	180				
Обед													
Огурец солёный консервированный	40	Кукуруза порциями отварная	40	Салат помидоры, огурец, лук	40	Салат Розовые щечки	40	Помидор свежий	40				
Суп рыбный (консервы)	160	Борщ с фасолью стручковой	160	Суп Волна	160	Щи столичные с мясом	160	Уха из свежей рыбы с перловкой	160				
Рагу из мяса, овощей "Веселая семейка"	170	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15	Печень с луком	60	Ежики кур	70				
Компот из свежих фруктов	160	Гуляш из рыбы	60	Суфле из кур	70	Макаронные изделия отварные с маслом	70	Соус с огурчиком соленым	40				
Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Гарнир каша рисовая рассыпчатая	70	Соус Сметано -томатный	40	Напиток цитрусовый	180	Картофель отварной с зеленью	70				
		Напиток из с/фр с лимоном	160	Пюре картофельное мягкое	70	Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Напиток из шиповника, сухофруктов	160				
		Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Напиток из свежих фруктов	160			Хлеб пшеничный + ржаной	30/20				
				Хлеб пшеничный + ржаной	30/20								
Полдник													
Гренки сладкие ванильные	60	Пирог бисквитный Загадка	60	Ватрушка с повидлом	50	Яблоко запеченное с морковью	80	Пряники	40				
Молоко свежее	170	Йогурт фруктовый	150	Конфеты шоколадные	20	Кисель из брусники	160	Сок фруктовый	200				
				Молоко свежее	160								
Ужин													
Мандарины свежие	80	Бананы свежие	100	Яблоки свежие	100	Груша свежая	100	Апельсин свежий	100				
Запеканка Белоснежка из творога	90	Омлет с мясом говядины	80	Каша с мясом перловая	110	Картофель в яйце	70	Шницель мясной натуральный в панировке	60				
Подливка из повидла	40	Кисель из сока фруктового	180	Чай витаминный	180	Соус Молочный	50	Капуста по-Селянски	70				
Чай с вишней св/мор	180	Хлеб пшеничный + ржаной	30/10	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Котлеты сельские с мясом	60	Компот из вишни св/мор	170				
Хлеб пшеничный + ржаной	20/20					Компот из смородины черной	180	Хлеб пшеничный + ржаной	30/10				
						Хлеб пшеничный + ржаной	30/10						
Ужин 2													
Шарлотка заливная	80	Бутерброд горячий "Здоровья" (сыр, сметана, чеснок)	80	Пирог заливной с ягодой	80	Шангга наливная с яйцом	80	Шарлотка заливная	80				
Напиток из ягоды св/мор	200	Компот из смеси смородина, вишня, яблоко	200	Напиток из чернослива	200	Снежок	200	Компот из изюма	200				

1 неделя

8 день понедельник		9 день вторник		10 день среда		11 день четверг		12 день пятница		13 день суббота		14 день воскресенье	
Завтрак													
Каша Дружба (рис, пшено)	160	Макароны отварные с сыром	160	Каша Геркулес молочная	160	Суп молочный с крупой	160	Каша Янтарная пшено, яблоки	160				
Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5				
Сыр твердый	10	Сыр твердый	10	Сыр твердый	10	Сыр твердый	10	Сыр твердый	10				
Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10				
Чай Братский	160	Кофе на молоке	160	Чай с молоком сгущенным	160	Какао на молоке	160	Чай с молоком концентрированным	160				
Завтрак 2													
Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Компот натуральный	150	Сок фруктовый	200				
Обед													
Салат Морковка с чесноком	40	Икра овощная	40	Салат Розовые щечки	40	Огурец свежий	40	Помидор свежий	40				
Суп картофельный с вермишелью	160	Борщ с фасолью	160	Суп овощная смесь	160	Свекольник	160	Рассольник с крупой	160				
Мясо отварное (для супов)	15	Гуляш из мяса в томатном соусе	60	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15				
Запеканка печени с крупой и овощами	60	Гарнир каша перловая с овощами	70	Шницель кур духовой	70	Мясной сырок	70	Запеканка кур "Рябушка"	60				
Соус Молочный	40	Компот из свежих фруктов	160	Гарнир сложный картофель+капуста	80	Соус Томат	40	Соус Луковый	40				
Пюре картофельное мягкое	80	Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Компот из сухофруктов	160	Гарнир каша гречка вязкая	80	Картофель отварной с маслом	70				
Напиток из чернослива	160			Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Компот из яблок, лимона	160	Напиток из кураги, меда	160				
Хлеб пшеничный + ржаной	30/20					Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Хлеб пшеничный + ржаной	30/20				
Полдник													
Гренки сладкие ванильные	50	Булочка с повидлом	60	Сдобный Зайчик в сахаре	60	Пицца овощная	60	Бутерброд горячий "Розовый" (морковь, сыр, м.асло, чеснок)	60				
Молоко свежее	160	Снежок	160	Молоко свежее	160	Сок фруктовый	200	Кисель из облепихи	160				
Ужин													
Яблоки свежие	100	Груша свежая	100	Бананы свежие	100	Груша свежая	100	Апельсин свежий	100				
Запеканка Геракл творожная	90	Шницель рыбный натуральный (духовой)	60	Сырники творожные	90	Каштаны картофельные с мясом	80	Биточки из сердца в панировке	60				
Соус - крем Шоколадный	40	Картофель в соусе с луком, запеченный	80	Соус Сметанный ванильный	40	Капуста по-Селянски	80	Макароны По - польски	100				
Чай с мёдом	170	Чай с черной смородиной	180	Чай с клюквой	180	Чай с шиповником	180	Чай французский	180				
Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20				
Ужин 2													
Булочка Молочная	80	Булочка Российская	80	Пирог закрытый с рыбой	80	Кекс славянский	80	Пирог Сластина	80				
Кефир с сахаром	200	Напиток из вишни, кураги	200	Напиток цитрусовый	200	Напиток Росинка чайный	200	Напиток Северный	200				

2 неделя

15 день понедельник		16 день вторник		17 день среда		18 день четверг		19 день пятница		20 день суббота		21 день воскресенье	
Завтрак													
Каша Рисовая молочная	160	Каша Ячневая или Пшеничная молочная	170	Каша Геркулес молочная	160	Яйцо отварное	50	Макароны отварные с сыром	160				
Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Повидло фруктовое	25	Суп молочный с крупой	160	Масло сливочное	5	Сыр твердый	10		
Сыр твердый	10	Сыр твердый	10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Масло сливочное	5	Сыр твердый	10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10		
Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Какао утренний аромат	160	Сыр твердый	10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Кофе напиток шоколадный	160		
Чай с сахаром	160	Напиток десертный	170			Чай с молоком концентрированным	160						
Завтрак 2													
Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Компот из консервированных плодов	160				
Обед													
Икра кабачков	40	Икра свекольная с чесноком	40	Салат Нептун (морская капуста, яйцо)	40	Салат свежие овощи	40	Помидор свежий	40				
Бульон с гречками, мясом	160	Суп со шпинатом, сметаной	160	Суп овощной	160	Суп овощной с сырными фрикадельками	160	Борщ с картофелем	160				
Азу из говядины	160	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15				
Компот из чернослив	160	Рыба запеченная с картофелем	160	Котлеты кур в сырной панировке	60	Суфле из сердца нежное	70	Котлеты кур "Ласточкино гнездо"	60				
Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Напиток из с/фр с лимоном	160	Соус Сметано -томатный	40	Горошница - пюре	70	Соус Красный	40				
		Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Макаронные изделия отварные с маслом	70	Компот из сухофруктов	160	Гарнир каша перловая с овощами	80				
				Компот из кураги	160	Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Компот из свежих фруктов	160				
				Хлеб пшеничный + ржаной	30/20			Хлеб пшеничный + ржаной	30/20				
Полдник													
Булочка Сюрприз	60	Булочка Домашняя	60	Рулетик Венский	60	Булочка Российская	60	Пирог банановый бисквит	50				
Молоко свежее	160	Йогурт фруктовый	160	Молоко свежее	160	Кисель из шиповника	160	Сок фруктовый	200				
Ужин													
Яблоки свежие	100	Груша свежая	100	Бананы свежие	100	Апельсин свежий	100	Груша свежая	100				
Запеканка творожная с вишней	90	Бигус с мясом	170	Запеканка творога в фруктовом покрывале	90	Картофельная запеканка с печенью	120	Рагу овощное с тыквой, мясом	150				
Молоко сгущенное	20	Чай с клюквой	170	Соус - крем Брюле	40	Чай с лимоном	180	Чай русский	160				
Напиток из ягоды св/мор	160	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Чай с медом	160	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20				
Хлеб пшеничный + ржаной	20/20			Хлеб пшеничный + ржаной	20/20								
Ужин 2													
Коржик Молочный	80	Пицца овощная	80	Коржик Молочный	80	Бутерброд горячий "Розовый" (морковь, сыр, масло, чеснок)	80	Булочка Штоли изюмные	80				
Кефир с сахаром	200	Напиток из свежих фруктов	200	Напиток из лимонов	200	Напиток из вишни, меда	200	Напиток медово-лимонный	200				

3 недели

22 день понедельник		23 день вторник		24 день среда		25 день четверг		26 день пятница		27 день суббота		28 день воскресенье	
Завтрак													
Каша Баярская пшено, изюм	160	Омлет	160	Каша Ячневая или Пшеничная молочная	160	Каша Геркулес молочная	160	Суп молочный с крупой	160				
Повидло фруктовое	25	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Яйцо отварное	50				
Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Сыр твердый	10	Сыр твердый	10	Сыр твердый	10	Масло сливочное	5				
Какао на молоке	160	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Батон белый+хлеб ржаной	20/10	Сыр твердый	10				
		Чай с молоком	160	Кофе Детский на молоке концентрированном	160	Чай Братский	160	Батон белый+хлеб ржаной	20/10				
								Чай с молоком сгущенным	160				
Завтрак 2													
Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200				
Обед													
Огурец солёный консервированный	40	Икра овощная	40	Огурец свежий	40	Помидор свежий	40	Закуска морковь с кукурузой	40				
Похлебка бобовая	160	Суп овощная смесь	160	Суп картофельный со сметаной	160	Рассольник с крупой	160	Борщ с фасолью	160				
Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15	Мясо отварное (для супов)	15				
Плов с мясом	160	Запеканка Донская рыбная	70	Мясо тушеное	70	Котлета мясо-капустная	70	Шницель кур духовой	70				
Компот из яблок	160	Соус с огурчиком соленым	40	Макаронные изделия отварные с маслом	70	Соус Красный	40	Соус Молочный	40				
Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Картофель отварной с маслом	70	Напиток цитрусовый	160	Картофель отварной с зеленью	70	Гарнир каша перловая с овощами	70				
		Компот из смеси смородина, вишня, яблоко	160	Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Напиток из свежих фруктов	160	Компот из сухофруктов	160				
		Хлеб пшеничный + ржаной	30/20			Хлеб пшеничный + ржаной	30/20	Хлеб пшеничный + ржаной	30/20				
Полдник													
Сдобный Зайчик в сахаре	60	Бутерброд горячий сладкий с творогом	60	Ватрушка с повидлом	60	Сочни песочные с творогом	60	Печенье	60				
Молоко свежее	170	Снежок	170	Молоко свежее	170	Кисель из вишни	170	Кисель фруктовый из концентрата	160				
Ужин													
Груша свежая	100	Яблоки свежие	100	Груша свежая	100	Бананы свежие	100	Апельсин свежий	100				
Суфле творожное "Воздушное"	90	Каша с мясом деревенская гречневая	100	Вареники быстрые творожные	90	Бигус с мясом	100	Салат Чиполино	40				
Соус - крем Брюле	40	Чай витаминный	180	Соус Молочный ванильный	50	Напиток из шиповника	180	Сельдь порциями	50				
Кисель из облепихи	180	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Напиток Росинка чайный	170	Хлеб пшеничный + ржаной	20/20	Пюре картофельное мягкое	80				
Хлеб пшеничный + ржаной	20/20			Хлеб пшеничный + ржаной	20/20			Чай с черникой	180				
								Хлеб пшеничный + ржаной	30/10				
Ужин 2													
Песочная лепешка	80	Рогалик с повидлом	80	Пирог закрытый с рыбой	80	Пирог Пухарик	80	Булочка Веснушка	80				
Кефир с сахаром	200	Напиток из изюма	200	Компот из кураги	200	Чай с мёдом	200	Компот из свежих фруктов	200				

4 недели