

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ.

№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции	№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции
<b>День №1- завтрак</b>			<b>День №2- завтрак</b>		
60	Каша геркулесовая на сгущенном молоке с маслом	220	71	Запеканка творожная соус молочный	100/50
2	Бутерброд с сыром	15\5/30	120	Какао с молоком	200
119	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1	Бутерброд с маслом	10/50
39	Яйцо вареное	1			
<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>		
			123	Ряженка	200
	Сок ф/р	200			
	Печенье	20			
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
			5	Салат из свеклы с изюмом	100
			30	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	250
9	Салат из св. помидоры с р.м	100	84	Котлета натуральная	55
23	Щи из свежей капусты с картофелем на курин. Бульоне со сметаной	250/10	47	Капуста тушеная	200
101	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	70/30		Сок фруктовый	200
64	Макароны отварные с маслом	210		Апельсин	200
110	Компот из кураги с вит «С»	200		Хлеб ржаной	84
	Яблоко	180		Хлеб белый	90
	Хлеб ржаной	84			
	Хлеб пшеничный	90			

№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции	№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции
<b>День №3- завтрак</b>			<b>День №4 завтрак</b>		
61	Каша манная молочная с маслом и сахаром	220	58	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10
102	Сосиска отварная	55	3	Бутерброд с джемом	20/5/50
	Батон	70	117	Чай с лимоном	200/7
119.1	Кофейный напиток с молоком	200			
<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>		
			122	Молоко кипяченое	200
144	Ватрушка с творогом	75		Конфеты	20
123.1	Йогурт	200			
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
			17	Винегрет овощной с р.м	100
6	Салат из белокочанной капусты с морковью с р.м	100	24	Рассольник «Ленинградский» на говяж. бульоне со сметаной	10/250
22	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне со сметаной	10//10/250	78	Рыбная котлета	55
90	Плов из говядины	150	44	Картофельное пюре	200
114	Кисель из сока ф/р	200		Сок фруктовый	200
	Хлеб ржаной	84		Мандарин	140
	Хлеб пшеничный	90		Хлеб ржаной	84
				Хлеб пшеничный	90

№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции	№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции
	<b>День №5 завтрак</b>			<b>День №6 завтрак</b>	
78.1	Рыба запеченная в омлете	95	58	Каша пшеничная молочная с маслом	200
2	Бутерброд с сыром	15/5/30	121	Какао с молоком сгущенным	200
120	Какао с молоком	200	1	Бутерброд с маслом	10/50
				Яйцо вареное	1
	<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>	
123	Ряженка	200			
	Вафли	20	123	Ряженка	200
	<b>Обед</b>			<b>Обед</b>	
16	Салат картофельный с кукурузой и морковью с р.м	100	8	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100
29	Суп картофельный с Горохом на м/к бульоне	10/250	27	Суп из свежих овощей на мясо костном бульоне	10/250
100	Рагу из кур	175	101	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	70/30
	Сок фруктовый	200	50	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	170
	Хлеб ржаной	84	110	Компот из кураги с вит. «С»	200
	Хлеб пшеничный	90		Хлеб ржаной	84
	Груши	170		Хлеб пшеничный	90
				Яблоко	170

№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции	№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции
	<b>День №7 завтрак</b>			<b>День №8 завтрак</b>	
70	Пудинг творожный с молочным соусом	140	63	Каша пшеничная с маслом	220
2	Бутерброд с сыром	15/5/30	3	Бутерброд с джемом	20/5/50
118	Чай с молоком	200	119.1	Кофейный напиток с молоком	200
	<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>	
123	Кефир	200	122	Молоко кипяченое	200
	Печенье	20	145	Булочка шоколадница	100
	<b>Обед</b>			<b>Обед</b>	
13	Салат из моркови с изюмом с р.м	100	18	Винегрет овощной с сельдью с р.м	100/25
24	Рассольник ленинградский на бульоне мясо-костном со сметаной	10/250	120	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	10/250
84	Котлета натуральная	55	87	Жаркое из говядины	175
47	Капуста тушенная	200	110	Компот с курагой вит «С»	200
	Сок фруктовый	200		Хлеб ржаной	84
	Хлеб ржаной	84		Хлеб пшеничный	90
	Хлеб пшеничный	90			
	Груша	170			

№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции	№ рец	Приём пищи, Наименование блюда	Масса Порции
	<b>День №9 завтрак</b>			<b>День №10 завтрак</b>	
67	Лапшевник с творогом	155	78.1	Рыба запеченная в омлете	95
1	Бутерброд с маслом	10/50	2	Бутерброд с сыром	15/5/30
117	Чай с лимоном	200/7	119.1	Кофейный напиток с молоком	200
	<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>	
123.1	Йогурт	200		Сок фруктовый	200
	Конфеты шоколадные	25		Печенье	20
	<b>Обед</b>			<b>Обед</b>	
15	Салат из сырых овощей с р.м	100		Салат «Сезонный» с р.м	100
23	Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне мяско-костном со сметаной	10/250/10	22	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	10/250/10
78	Котлеты рыбные	55	91	Плов из кур	150
44	Картофельное пюре	200	110	Компот из кураги с вит «С»	200
	Сок фруктовый	200		Хлеб ржаной	84
	Хлеб ржаной	84		Хлеб пшеничный	90
	Батон нарезной	90		Мандарин	100
	Яблоко	170			