

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Семидневное меню блюд (1 неделя)**(для детей возраста 7-11 лет) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
| **Вид приема пищи** | **Блюдо** |  |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** | **Воскресенье** |  |
| завтрак | Сыр порционно 25 г | Масло сливочное порционно 10 г | хлеб пшеничный 60г 7-11 | Масло сливочное порционно 10 г | хлеб пшеничный 60г 7-11 | Масло сливочное порционно 10 г | хлеб пшеничный 30г 7-11 |  |
|  | молоко кипяченое | Кофейный напиток | Масло сливочное порционно 10 г | Соус сметанный 50 г | Масло сливочное порционно 10 г | печенье в ассортименте | молоко кипяченое |  |
|  | Масло сливочное порционно 10 г | хлеб пшеничный 60г 7-11 | Сыр порционно 25 г | чай с сахаром | колбаса п/к порционно 35 г | Кофейный напиток | Масло сливочное порционно 10 г |  |
|  | каша пшеничная молочная жидкая 205 г | Сыр порционно 25 г | Какао с молоком | Пудинг из творога запеченый 300 г | печенье в ассортименте | яйцо вареное | каша пшеничная молочная жидкая 205 г |  |
|  | хлеб пшеничный 60г 7-11 | каша Дружба молочная жидкая 205 г (рис+пшено) | Каша манная молочная жидкая 205 г | колбаса п/копчёная порционно | Суп молочный с крупой 250 г | хлеб пшеничный 60г 7-11 | печенье в ассортименте |  |
|  |  |  |  | хлеб пшеничный 60г 7-11 | Какао с молоком | каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная жидкая 205 г | яйцо вареное |  |
| завтрак второй | напиток из фруктового сока | сок | напиток из фруктового сока | сок | сок | сок | сок |  |
|  | фрукты свежие | фрукты свежие | фрукты свежие | фрукты свежие | фрукты свежие | фрукты свежие | фрукты свежие |  |
| обед | хлеб пшеничный 70г 7-11 | Суп картофельный с бобовыми и птицей 300 г | суп картофельный с рыбными консервами 300г | Щи из свежей капусты 320 г | суп картофельный с мясными фрикадельками 325 г | Шницель рыбный 120 г | хлеб пшеничный 70г 7-11 |  |
|  | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб пшеничный 70г 7-11 | чеснок порционный | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб пшеничный 70г 7-11 | Суп картофельный с яйцом, с мясом 320 г | хлеб ржаной 50г 7-11 |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб пшеничный 70г 7-11 | хлеб пшеничный 70г 7-11 | чеснок порционный | хлеб пшеничный 70г 7-11 | Компот из смеси сухофруктов |  |
|  | сметана 10 г | Котлета рубленая из птицы 70 г | хлеб ржаной 50г 7-11 | Компот из смеси сухофруктов | хлеб ржаной 50г 7-11 | печенье в ассортименте | Мясо тушеное 50/75 г |  |
|  | Борщ московский 300 г | компот из свежих плодов | Кисель из концентрата | огурцы соленые 50 г | салат из свёклы 80 г | хлеб ржаной 50г 7-11 | Капуста тушеная 250 г |  |
|  | икра морковная 50 г | Картофельное пюре 180 г | икра морковная 50 г | сметана 10 г | Компот из смеси сухофруктов | Компот из смеси сухофруктов | сметана 10 г |  |
|  | Жаркое по-домашнему 300г | салат из свежих помидор 80г | рагу овощное 200г | запеканка картофельная с мясом 248 г | печенье в ассортименте | рагу овощное 200г | Суп крестьянский с мясом 325 г |  |
|  |  |  | биточки рубленые из птицы 70 г |  | рагу из овощей с мясом 300 г |  | Икра свекольная 50 г |  |
| полдник | кисломолочные напитки | молоко сгущеное  | чай с сахаром | Ватрушка 75 г | повило, джем 25г | молоко кипяченое | хлеб пшеничный 30г 7-11 |  |
|  | булочка домашняя 100 г | Пудинг из творога запеченый 200 г | печенье в ассортименте | кисломолочные напитки | яблоки печеные 100 г | тесто дрожжевое для пирожков 100 г | омлет натуральный 105/5 |  |
|  |  | чай с сахаром | салат из моркови 150г |  | чай с сахаром | повило, джем 25г | чай с сахаром |  |
|  |  |  |  |  | тесто дрожжевое для пирожков 100 г |  |  |  |
| ужин | чай с сахаром | Компот из смеси сухофруктов | чай с сахаром | гуляш из печени 100г | Компот из смеси сухофруктов | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб ржаной 50г 7-11 |  |
|  | Картофельное пюре 180 г | хлеб ржаной 50г 7-11 | салат из свежих огурцов 100г | рис отварной 180 г | салат из моркови 100г | Котлета рыбная 100 г | хлеб пшеничный 50г 7-11 |  |
|  | хлеб ржаной 50г 7-11 | салат из свёклы с чесноком 80г | картофельное пюре 200 г | салат из свежей капусты с морковью и раст маслом 50 г | хлеб ржаной 50г 7-11 | Картофельное пюре 180 г | чай с сахаром |  |
|  | Рыба жареная 120 г | хлеб пшеничный 50г 7-11 | хлеб ржаной 50г 7-11 | чай с сахаром | суфле из мяса 70 г | хлеб пшеничный 50г 7-11 | Икра морковная 100 г |  |
|  | огурцы соленые 50 г | Котлета рыбная любительская 120 г | хлеб пшеничный 50г 7-11 | хлеб пшеничный 50г 7-11 | макаронные изделия отварные 180/5 | чай с сахаром | Плов с мясом 250 г |  |
|  | хлеб пшеничный 50г 7-11 | рис отварной 180 г | сосиска отварная 100г | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб пшеничный 50г 7-11 | салат из моркови с консервир.овощами 100г |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ИТОГО:** |  |  |
| **Белки** | **102,847** | **105,563** | **108,404** | **123,587** | **152,049** | **123,845** | **140,556** | **856,851** | **122,407270** |  |
| **Жиры** | **138,116** | **105,050** | **111,921** | **93,008** | **101,833** | **98,414** | **87,595** | **735,937** | **105,133817** |  |
| **Углеводы** | **433,806** | **552,580** | **421,076** | **506,271** | **473,746** | **452,823** | **434,267** | **3 274,568** | **467,795461** |  |
| **Калорийность** | **3 271,647** | **3 434,590** | **2 982,594** | **3 230,342** | **3 297,082** | **3 074,945** | **2 985,370** | **22 276,571** | **3 182,367214** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Семидневное меню блюд (2 неделя)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| (для детей возраста 7-11 лет) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
| **Вид приема пищи** | **Блюдо** |  |  |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** | **Воскресенье** |  |  |
| завтрак | Кофейный напиток | Масло сливочное порционно 10 г | Масло сливочное порционно 10 г | колбаса п/копчёная порционно | Масло сливочное порционно 10 г | Масло сливочное порционно 10 г | Масло сливочное порционно 10 г |  |  |
|  | хлеб пшеничный 60г 7-11 | Сыр порционно 24 г | Сыр порционно 24 г | Пудинг из творога запеченый 300 г | хлеб пшеничный 60г 7-11 | хлеб пшеничный 60г 7-11 | хлеб пшеничный 60г 7-11 |  |  |
|  | Сыр порционно 24 г | печенье в ассортименте | каша рисовая молочная жидкая 205 г | сметана 40 г | печенье в ассортименте | печенье в ассортименте | чай с сахаром |  |  |
|  | печенье в ассортименте | хлеб пшеничный 60г 7-11 | молоко кипяченое | хлеб пшеничный 60г 7-11 | Кофейный напиток | Какао с молоком | яйцо вареное |  |  |
|  | каша ячневая молочная вязкая 205 г | каша гречневая вязкая на молоке 200 г | хлеб пшеничный 60г 7-11 | печенье в ассортименте | Суп молочный с макаронными изделиями 250 г | каша пшенная молочная жидкая 205 г | печенье в ассортименте |  |  |
|  | Масло сливочное порционно 10 г | Какао с молоком |  | Масло сливочное порционно 10 г |  |  | каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная жидкая 205 г |  |  |
|  |  |  |  | чай с сахаром |  |  |  |  |  |
| завтрак второй | фрукты свежие | фрукты свежие | сок | фрукты свежие | сок | фрукты свежие | фрукты свежие |  |  |
|  | сок | напиток из фруктового сока | фрукты свежие | напиток из фруктового сока | фрукты свежие | сок | сок |  |  |
| обед | сметана 10 г | Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей 320 г | суп картофельный с рыбными консервами 300г | сельдь с луком 50 г | сметана 10 г | Салат из свежей капусты со свеклой 50 г | Суп картофельный с яйцом, с мясом 320 г |  |  |
|  | Картофельное пюре 180 г | Салат из свежей капусты со свеклой 50 г | Плов перловый с цыпленком 250 г | Рассольник ленинградский 320 г | салат из моркови с консервир.овощами 100г | суп перловый сговядиной 350 г | Кисель из концентрата |  |  |
|  | икра морковная 50 г | Кисель из концентрата | хлеб ржаной 50г 7-11 | запеканка картофельная с мясом 248 г | Картофельное пюре 180 г | хлеб ржаной 50г 7-11 | рагу из овощей с мясом 300 г |  |  |
|  | Шницель рыбный 100 г | суфле из птицы 100 г | чеснок порционный | сметана 10 г | чеснок порционный | хлеб пшеничный 70г 7-11 | хлеб пшеничный 70г 7-11 |  |  |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем 320 г | рис отварной 180 г | Компот из смеси сухофруктов | компот из свежих плодов | Биточки рыбные 120 г | Компот из смеси сухофруктов | хлеб ржаной 50г 7-11 |  |  |
|  | хлеб пшеничный 70г 7-11 | хлеб ржаной 50г 7-11 | икра морковная 50 г | хлеб пшеничный 70г 7-11 | Борщ сибирский 320 г | капуста тушеная 200 г | салат из свеклы с соленым огурцом 80г |  |  |
|  | чеснок порционный | хлеб пшеничный 70г 7-11 | хлеб пшеничный 70г 7-11 | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб пшеничный 70г 7-11 | Мясо тушеное 50/75 г |  |  |  |
|  | хлеб ржаной 50г 7-11 |  |  |  | Компот из смеси сухофруктов |  |  |  |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов |  |  |  | хлеб ржаной 50г 7-11 |  |  |  |  |
| полдник | кисломолочные напитки | молоко сгущеное  | молоко сгущеное  | Ватрушка 75 г | молоко кипяченое | печенье в ассортименте | яйцо |  |  |
|  | булочка домашняя 100 г | чай с сахаром | чай с сахаром | кисломолочные напитки | повило, джем 25г | напиток из фруктового сока | тесто дрожжевое для пирожков 100 г |  |  |
|  |  | Пудинг из творога запеченый 200 г | запеканка морковная 100 г |  | тесто дрожжевое для пирожков 100 г |  | молоко кипяченое |  |  |
| ужин | хлеб пшеничный 50г 7-11 | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб ржаной 50г 7-11 | суфле из мяса 70 г | чай с сахаром | Картофельное пюре 180 г |  |  |
|  | чай с сахаром | Котлета рыбная 120 г | сосиска отварная 100г | хлеб пшеничный 50г 7-11 | салат из свёклы с яблоком 50г | салат из моркови 100г | чай  |  |  |
|  | Мясо тушеное 50/75 г | омлет натуральный 105/5 | хлеб пшеничный 50г 7-11 | рис отварной 180 г | Картофельное пюре, капуста тушеная 100/100 г | Бифштекс рубленый 70 г | хлеб ржаной 50г 7-11 |  |  |
|  | Картофельное пюре, капуста тушеная 100/100 г | рагу овощное 200г | салат из свежих помидор 80г | икра морковная 50 г | хлеб ржаной 50г 7-11 | рис отварной 180 г | икра морковная 50 г |  |  |
|  | салат из свеклы с соленым огурцом 80г | хлеб пшеничный 50г 7-11 | Картофельное пюре 180 г | печенье в ассортименте | чай с сахаром | хлеб ржаной 50г 7-11 | хлеб пшеничный 50г 7-11 |  |  |
|  | печенье в ассортименте | Компот из смеси сухофруктов | печенье в ассортименте | чай с сахаром | печенье в ассортименте | хлеб пшеничный 50г 7-11 | Биточки рыбные 100 г |  |  |
|  |  | печенье в ассортименте | Компот из смеси сухофруктов | гуляш из печени 100г | хлеб пшеничный 50г 7-11 |  | кондитерка штучная |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ИТОГО:** |  |  |
| **Белки** | **117,016** | **165,506** | **96,936** | **149,074** | **116,076** | **93,878** | **106,780** | **845,265** | **120,752123** |  |
| **Жиры** | **115,139** | **131,888** | **113,403** | **105,431** | **98,524** | **92,648** | **95,496** | **752,530** | **107,504291** |  |
| **Углеводы** | **472,063** | **475,484** | **409,974** | **486,941** | **519,141** | **454,998** | **448,938** | **3 267,538** | **466,791134** |  |
| **Калорийность** | **3 279,943** | **3 641,035** | **2 929,731** | **3 403,698** | **3 286,631** | **2 898,744** | **2 967,368** | **22 407,150** | **3 201,021457** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Семидневное меню блюд (1 неделя)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| (для детей возраста 12-18 лет) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
| **Вид приема пищи** | **Блюдо** |  |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** | **Воскресенье** |  |
| завтрак | каша пшеничная молочная жидкая 250 г | каша Дружба молочная жидкая 250 г (рис, пшено) | хлеб пшеничный 60г 12-18 | Соус сметанный 50 г | Суп молочный с крупой 350 г | хлеб пшеничный 60г 12-18 | каша пшеничная молочная жидкая 250 г |  |
|  | хлеб пшеничный 60г 12-18 | Сыр порционно 25 г | Какао с молоком | чай с сахаром | печенье в ассортименте | каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная жидкая 250 г | печенье в ассортименте |  |
|  | Масло сливочное порционно 15 г | хлеб пшеничный 60г 12-18 | Каша манная молочная жидкая 250 г | Пудинг из творога запеченый 300 г | Какао с молоком | печенье в ассортименте | хлеб пшеничный 30г 12-18 |  |
|  | молоко кипяченое | Кофейный напиток | Масло сливочное порционно 15 г | хлеб пшеничный 60г 12-18 | хлеб пшеничный 60г 12-18 | Масло сливочное порционно 15 г | молоко кипяченое |  |
|  | Сыр порционно 25 г | Масло сливочное порционно 15 г | Сыр порционно 25 г | колбаса п/копчёная порционно | Масло сливочное порционно 15 г | Кофейный напиток | яйцо вареное |  |
|  |  |  |  | Масло сливочное порционно 15 г | колбаса п/к порционно 35 г |  | Масло сливочное порционно 15 г |  |
| завтрак второй | фрукты свежие | сок | напиток из фруктового сока | фрукты свежие | сок | фрукты свежие | сок |  |
|  | напиток из фруктового сока | фрукты свежие | фрукты свежие | сок | фрукты свежие | сок | фрукты свежие |  |
| обед | Компот из смеси сухофруктов | Картофельное пюре 230 г | Кисель из концентрата | огурцы соленые 50 г | чеснок порционный | Компот из смеси сухофруктов | Картофельное пюре 230 г |  |
|  | Жаркое по-домашнему 300г | компот из свежих плодов | рагу овощное 200г | Компот из смеси сухофруктов | Компот из смеси сухофруктов | рагу овощное 200г | гуляш из говядины 50/75 |  |
|  | Борщ московский 350 г | Котлета рубленая из птицы 100 г | чеснок порционный | запеканка картофельная с мясом 248 г | салат из свёклы 100г | Суп картофельный с яйцом, с мясом 350 г | Суп крестьянский с мясом 375 г |  |
|  | Икра морковная 100 г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | Икра свекольная 100 г | Щи из свежей капусты 350 г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | Шницель рыбный 100 г | сметана 10 г |  |
|  | хлеб пшеничный 70г 12-18 | Суп картофельный с бобовыми и птицей 350 г | биточки рубленые из птицы 100 г | сметана 10 г | суп картофельный с мясными фрикадельками 375 г | хлеб ржаной 100г 12-18 | Компот из смеси сухофруктов |  |
|  | хлеб ржаной 100г 12-18 | Салат из свежей капусты со свеклой 100 г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | хлеб пшеничный 70г 12-18 | рагу из овощей с мясом 300 г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | Икра свекольная 100 г |  |
|  | сметана 10 г | хлеб ржаной 100г 12-18 | суп картофельный с рыбными консервами 300г | хлеб ржаной 100г 12-18 | хлеб ржаной 100г 12-18 |  | хлеб пшеничный 70г 12-18 |  |
|  |  |  | хлеб ржаной 100г 12-18 |  |  |  | хлеб ржаной 100г 12-18 |  |
| полдник | кисломолочные напитки | молоко сгущеное  | салат из моркови со сг молоком 100 г | кисломолочные напитки | тесто дрожжевое для пирожков 100 г | повило, джем 25г | хлеб пшеничный 30г 12-18 |  |
|  | булочка домашняя 100 г | чай с сахаром | чай с сахаром | Ватрушка 75 г | чай с сахаром | тесто дрожжевое для пирожков 100 г | чай с сахаром |  |
|  |  | Пудинг из творога запеченый 300 г | печенье в ассортименте |  | яблоки печеные 100 г | чай с сахаром | омлет натуральный 105/5 |  |
|  |  |  |  |  | повило, джем 25г |  |  |  |
| ужин | хлеб ржаной 50г 12-18 | хлеб ржаной 50г 12-18 | салат из свежих огурцов 100г | гуляш из печени 100г | салат из моркови 150г | хлеб пшеничный 100г 12-18 | Икра морковная 100 г |  |
|  | чай с сахаром | рис отварной 200 г | хлеб пшеничный 100г 12-18 | рис отварной 200 г | хлеб ржаной 50г 12-18 | Картофельное пюре 230 г | Плов с мясом 250 г |  |
|  | Картофельное пюре 230 г | Компот из смеси сухофруктов | Картофельное пюре 230 г | чай с сахаром | суфле из мяса 100 г | Котлета рыбная 120 г | хлеб ржаной 50г 12-18 |  |
|  | Рыба жареная 120 г | салат из свёклы с чесноком 100г | чай с сахаром | салат из свежей капусты с морковью и раст маслом 100 г | хлеб пшеничный 100г 12-18 | салат из моркови с консервир.овощами 150г | хлеб пшеничный 100г 12-18 |  |
|  | огурцы соленые 50 г | Котлета рыбная любительская 120 г | сосиска отварная 100г | хлеб ржаной 50г 12-18 | макаронные изделия отварные 200/5 | хлеб ржаной 50г 12-18 | чай с сахаром |  |
|  | хлеб пшеничный 100г 12-18 | хлеб пшеничный 70г 12-18 | хлеб ржаной 50г 12-18 | хлеб пшеничный 100г 12-18 | Компот из смеси сухофруктов | чай с сахаром |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ИТОГО:** |  |  |
| **Белки** | **135,360** | **188,543** | **130,693** | **150,782** | **121,919** | **127,866** | **117,506** | **972,669** | **138,952763** |  |
| **Жиры** | **107,157** | **129,023** | **152,127** | **95,248** | **136,802** | **101,853** | **121,390** | **843,600** | **120,514332** |  |
| **Углеводы** | **532,902** | **565,853** | **501,223** | **500,748** | **613,214** | **571,562** | **509,669** | **3 795,172** | **542,167492** |  |
| **Калорийность** | **3 491,513** | **4 019,749** | **3 754,825** | **3 333,520** | **3 999,282** | **3 558,148** | **3 452,154** | **25 609,191** | **3 658,455859** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Семидневное меню блюд (2 неделя)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| (для детей возраста 12-18 лет) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
| **Вид приема пищи** | **Блюдо** |  |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** | **Воскресенье** |  |
| завтрак | Кофейный напиток | хлеб пшеничный 60г 12-18 | хлеб пшеничный 60г 12-18 | Масло сливочное порционно 15 г | хлеб пшеничный 60г 12-18 | Масло сливочное порционно 15 г | чай с сахаром |  |
|  | Масло сливочное порционно 15 г | каша гречневая вязкая на молоке 300 г | Масло сливочное порционно 15 г | колбаса п/копчёная порционно | колбаса п/к порционно 35 г | хлеб пшеничный 60г 12-18 | хлеб пшеничный 60г 12-18 |  |
|  | хлеб пшеничный 60г 12-18 | печенье в ассортименте | каша рисовая молочная жидкая 250 г | чай с сахаром | Суп молочный с макаронными изделиями 250 г | печенье в ассортименте | Масло сливочное порционно 15 г |  |
|  | каша ячневая молочная вязкая 250 г | Сыр порционно 25 г | Сыр порционно 25 г | печенье в ассортименте | печенье в ассортименте | Какао с молоком | печенье в ассортименте |  |
|  | печенье в ассортименте | Какао с молоком | молоко кипяченое | Пудинг из творога запеченый 300 г | Масло сливочное порционно 15 г | каша пшенная молочная жидкая 250 г | яйцо вареное |  |
|  | Сыр порционно 25 г | Масло сливочное порционно 15 г |  | сметана 45 г | Кофейный напиток |  | каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная жидкая 250 г |  |
|  |  |  |  | хлеб пшеничный 60г 12-18 |  |  |  |  |
| завтрак второй | фрукты свежие | фрукты свежие | фрукты свежие | напиток из фруктового сока | сок | фрукты свежие | фрукты свежие |  |
|  | сок | напиток из фруктового сока | сок | фрукты свежие | фрукты свежие | сок | сок |  |
| обед | Шницель рыбный 120 г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | икра морковная 50 г | запеканка картофельная с мясом 248 г | Биточки рыбные 120 г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | салат из свеклы с соленым огурцом 100г |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов | хлеб ржаной 100г 12-18 | Плов перловый с цыпленком 250 г | сметана 10 г | Борщ московский 350 г | Мясо тушеное 50/75 г | Суп картофельный с яйцом, с мясом 350 г |  |
|  | Икра морковная 100 г | Салат из свежей капусты со свеклой 100 г | Компот из смеси сухофруктов | хлеб ржаной 100г 12-18 | Картофельное пюре 230 г | хлеб ржаной 100г 12-18 | хлеб пшеничный 70г 12-18 |  |
|  | сметана 10 г | рис отварной 200 г | Суп картофельный с рыбными консервами 350г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | Компот из смеси сухофруктов | Компот из смеси сухофруктов | рагу из овощей с мясом 300 г |  |
|  | хлеб ржаной 100г 12-18 | суфле из птицы 100 г | чеснок порционный | компот из свежих плодов | сметана 10 г | суп перловый сговядиной 350 г | хлеб ржаной 100г 12-18 |  |
|  | щи из свежей капусты с картофелем 350 г | Кисель из концентрата | хлеб ржаной 100г 12-18 | сельдь с луком 50 г | салат из моркови с консервир.овощами 150г | Капуста тушеная 250 г | Кисель из концентрата |  |
|  | Картофельное пюре 230 г | Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей 350 г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | Рассольник ленинградский 320 г | хлеб пшеничный 70г 12-18 | Салат из свежей капусты со свеклой 100 г |  |  |
|  | чеснок порционный |  |  |  | чеснок порционный |  |  |  |
|  | хлеб пшеничный 70г 12-18 |  |  |  | хлеб ржаной 100г 12-18 |  |  |  |
| полдник | кисломолочные напитки | молоко сгущеное  | молоко сгущеное  | Ватрушка 75 г | тесто дрожжевое для пирожков 50 г | напиток из фруктового сока | молоко кипяченое |  |
|  | булочка домашняя 100 г | Пудинг из творога запеченый 300 г | запеканка морковная 100 г | кисломолочные напитки | молоко кипяченое | тесто дрожжевое для пирожков 100 г | повило, джем 25г |  |
|  |  | чай с сахаром | чай с сахаром |  | повило, джем 25г | повило, джем 25г | тесто дрожжевое для пирожков 100 г |  |
| ужин | хлеб ржаной 50г 12-18 | омлет натуральный 105/5 | печенье в ассортименте | икра морковная 50 г | хлеб ржаной 50г 12-18 | хлеб пшеничный 100г 12-18 | кондитерка штучная |  |
|  | Мясо тушеное 50/75 г | хлеб ржаной 50г 12-18 | хлеб пшеничный 100г 12-18 | рис отварной 200 г | хлеб пшеничный 100г 12-18 | рис отварной 200 г | хлеб ржаной 50г 12-18 |  |
|  | Картофельное пюре, капуста тушеная 125/125 г | Компот из смеси сухофруктов | Компот из смеси сухофруктов | чай с сахаром | суфле из мяса 100 г | Бифштекс рубленый 70 г | хлеб пшеничный 100г 12-18 |  |
|  | салат из свеклы с соленым огурцом 80г | Котлета рыбная 120 г | сосиска отварная 100г | хлеб пшеничный 100г 12-18 | салат из свёклы с яблоком 50г | салат из моркови 150г | чай  |  |
|  | хлеб пшеничный 100г 12-18 | хлеб пшеничный 100г 12-18 | Картофельное пюре 230 г | гуляш из печени 100г | чай с сахаром | хлеб ржаной 50г 12-18 | Картофельное пюре 230 г |  |
|  | чай с сахаром | печенье в ассортименте | хлеб ржаной 50г 12-18 | хлеб ржаной 50г 12-18 | Картофельное пюре, капуста тушеная 125/125 г | печенье в ассортименте | Икра морковная 100 г |  |
|  | печенье в ассортименте | рагу овощное 200г | салат из свежих помидор 100г |  |  | чай с сахаром | Биточки рыбные 120 г |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ИТОГО:** |  |  |
| **Белки** | **137,658** | **193,155** | **109,245** | **155,157** | **121,780** | **115,364** | **120,453** | **952,812** | **136,116045** |  |
| **Жиры** | **126,645** | **143,361** | **131,853** | **107,736** | **117,969** | **122,360** | **112,025** | **861,949** | **123,135534** |  |
| **Углеводы** | **572,362** | **556,437** | **493,316** | **522,394** | **537,229** | **610,967** | **552,593** | **3 845,297** | **549,328205** |  |
| **Калорийность** | **3 825,286** | **4 151,924** | **3 454,817** | **3 571,954** | **3 542,741** | **3 834,258** | **3 549,382** | **25 930,362** | **3 704,337423** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |