










1 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Каша пшеничная молочная жидкая	180	
2.	Бутерброды с сыром	45	
3.	Какао с молоком	150	
Второй завтрак			
1.	Груша свежая	140	
Обед			
1.	Салат из моркови и яблок	60	
2.	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	250	
3.	Тефтели мясные (1 вариант)	70	
4.	Соус сметанный с томатом	20	
5.	Макаронные изделия отварные с маслом	110	
6.	Компот из сушеных фруктов (смесь)	150	
7.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Чай с молоком или сливками	200	
2.	Пицца детская	50	
Ужин			
1.	Вареники ленивые (отварные)	190	
2.	Соус сметанный	30	
3.	Чай с сахаром	200	
4.	Батон	30	






2 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Овощи консервированные	40	
2.	Омлет с морковью	90	
3.	Бутерброд с маслом	35	
4.	Кофейный напиток с молоком	150	
Второй завтрак			
1.	Сок абрикосовый	160	
Обед			
1.	Салат из свеклы	40	
2.	Суп картофельный с бобовыми на бульоне	200	
3.	Плов из птицы	190	
4.	Кисель из яблок	150	
5.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Кисломолочный продукт (кефир)	200	
2.	Булочка Октябренок	50	
Ужин			
1.	Сельдь с луком	50	
2.	Пюре картофельное	150	
3.	Чай с лимоном	200	
4.	Хлеб пшеничный	50	






3 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Каша манная молочная жидкая	200	
2.	Бутерброд с маслом	35	
3.	Чай с сахаром	150	
Второй завтрак			
1.	Яблоко свежее	140	
Обед			
1.	Салат из квашеной капусты	60	
2.	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	200/5	
3.	Рыба, запеченная в молочном соусе	70	
4.	Картофель отварной	120	
5.	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	
6.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Кисломолочный продукт (ряженка)	200	
2.	Ватрушка из дрожжевого теста	50	
Ужин			
1.	Оладьи из печени	60	
2.	Соус сметанный с томатом	50	
3.	Каша ячневая рассыпчатая	100	
4.	Хлеб пшеничный	40	
5.	Кисель из сока натурального	200	




4 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Суп молочный с макаронными изделиями	200	
2.	Бутерброды с сыром	45	
3.	Какао с молоком	150	
Второй завтрак			
1.	Груша свежая	140	
Обед			
1.	Салат из овощей с морской капустой	60	
2.	Суп с клецками и курицей	200/20/10	
3.	Жаркое по-домашнему	180	
4.	Компот из свежих плодов (яблоко)	150	
5.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Кисломолочный продукт (кефир)	200	
2.	Булочка осенняя	50	
Ужин			
1.	Капуста тушеная с сосиской	220	
2.	Чай с лимоном	200	
3.	Хлеб пшеничный	50	






5 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Каша молочная из пшена и риса «Дружба»	200	
2.	Бутерброд с маслом	35	
3.	Кофейный напиток с молоком	150	
Второй завтрак			
1.	Сок яблочный	160	
Обед			
1.	Салат из соленых огурцов с луком	40	
2.	Суп с рыбными консервами	200	
3.	Котлеты мясные	70	
4.	Пюре из бобовых с маслом	110	
5.	Компот из сушеных фруктов (смесь)	150	
6.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Молоко кипяченое	200	
2.	Печенье	50	
Ужин			
1.	Пудинг из творога (запеченный)	200	
2.	Соус яблочный	30	
3.	Чай с сахаром	200	


6 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Суп молочный с крупой (пшеничная)	180	
2.	Сыр (порциями)	10	
3.	Какао с молоком	150	
4.	Батон	30	
Второй завтрак			
1.	Яблоко свежее	130	
Обед			
1.	Салат «Степной» из разных овощей	40	
2.	Щи из свежей (квашеной) капусты с картофелем со сметаной на мясном бульоне	250/5	
3.	Запеканка картофельная с мясом или печенью	180	
4.	Компот из свежих плодов (груша)	150	
5.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Кисломолочный продукт (ряженка)	200	
2.	Булочка Алтайская	50	
Ужин			
1.	Мясо тушеное с овощами в соусе	200	
2.	Кисель из повидла, джема, варенья	200	
4.	Хлеб пшеничный	50	

7 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Икра кабачковая	50	
2.	Омлет натуральный	85	
3.	Бутерброд с маслом	35	
4.	Чай с сахаром	150	
Второй завтрак			
1.	Сок абрикосовый	160	
Обед			
1.	Сельдь с горошком	50	
2.	Суп из овощей с курицей	250	
3.	Тефтели рыбные тушеные	60	
4.	Пюре картофельное	110	
4.	Компот из свежих фруктов (изюм)	150	
5.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Кисломолочный продукт (кефир)	200	
2.	Булочка молочная	50	
Ужин			
1.	Пудинг из творога с яблоками	200	
2.	Соус сметанный № 354	50	
3.	Чай с лимоном	200	


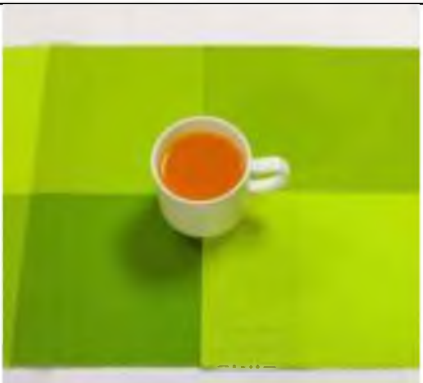



8 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Суп молочный с ячневой крупой и изюмом	200	
2.	Бутерброды с сыром	45	
3.	Какао с молоком	150	
Второй завтрак			
1.	Груши свежие	120	
Обед			
1.	Овощи консервированные	50	
2.	Свекольник со сметаной на мясном бульоне	200	
3.	Биточки мясные	80	
4.	Соус томатный № 348	20	
5.	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	
6.	Напиток лимонный	150	
7.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Молоко кипяченое	200	
2.	Вафли	50	
Ужин			
1.	Котлеты капустно-морковные	160	
2.	Соус молочный жидкий	50	
3.	Чай с сахаром	200	
4.	Хлеб пшеничный	40	

9 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Каша пшенная молочная жидкая	180	
2.	Бутерброды с сыром	45	
3.	Кофейный напиток с молоком	150	
Второй завтрак			
1.	Яблоко свежее	140	
Обед			
1.	Салат из моркови	50	
2.	Суп картофельный с крупой (перловой) на курином бульоне	250	
3.	Птица, тушеная в соусе с овощами	180	
4.	Кисель из сока натурального	150	
5.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Кисломолочный продукт (ряженка)	200	
2.	Ватрушка из дрожжевого теста	50	
Ужин			
1.	Рыба припущенная	95	
2.	Пюре картофельное	130	
3.	Чай с лимоном	200	
4.	Хлеб пшеничный	50	

10 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход нетто (гр.)	
Завтрак			
1.	Запеканка из творога с соусом молочным	80/30	
2.	Бутерброд с маслом	35	
3.	Какао с молоком	150	
Второй завтрак			
1.	Сок персиковый	160	
Обед			
1.	Икра овощная	40	
2.	Суп с рыбными фрикадельками	250	
3.	Голубцы ленивые	180	
4.	Соус томатный № 348	30	
5.	Компот из сушеных фруктов (смесь)	150	
6.	Хлеб пшеничный	40	
Полдник			
1.	Молоко кипяченое	200	
2.	Печенье	50	
Ужин			
1.	Макароны, запеченные с яйцом	190	
2.	Соус сметанный № 354	30	
3.	Чай с сахаром	200	
4.	Батон	30	