

День: День 1		
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
ЗАВТРАК		
267	Каша пшеничная молочная жидкая	200
108	Хлеб пшеничный	30
100.1	Сыр твердый порциями	10
493	Чай с сахаром	200
ОБЕД		
147	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
411	Кнели из кур с рисом	80
418.1	Каша из гороха с маслом	150
508	Компот из смеси сухофруктов	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
ПОЛДНИК		
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200
646	Бантики с корицей	60
День: День 2		
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
ЗАВТРАК		
302	Омлет с зеленым горошком	150
111	Батон нарезной	30
493	Чай с сахаром	200
ОБЕД		
131.3	Свекольник	200

395.1	Сосиски отварные в соусе	80
237	Каша гречневая рассыпчатая	150
512.1	Компот из кураги	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
	ПОЛДНИК	
516.1	Кисломолочный продукт	200
221	Пирог морковный	60
	День: День 3	
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
	ЗАВТРАК	
313.1	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150
493	Чай с сахаром	200
	ОБЕД	
144.2	Суп картофельный с бобовыми	200
405	Курица в соусе томатном	80
291	Макаронные изделия отварные	150
519	Напиток из шиповника	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
	ПОЛДНИК	
511.1	Компот из замороженной ягоды	200
533	Ватрушка с сыром	60
	День: День 4	
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3

	ЗАВТРАК	
250	Каша манная вязкая молочная	200
111	Батон нарезной	30
501	Кофейный напиток с молоком	200
	ОБЕД	
142.1	Щи из свежей капусты с картофелем	200
345.2	Биточки рыбные с соусом	80
414	Рис отварной	150
508	Компот из смеси сухофруктов	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
	ПОЛДНИК	
518.1	Сок фруктовый	200
555.1	Косичка с сахаром	40
	День: День 5	
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
	ЗАВТРАК	
296	Макаронные изделия, запеченные с сыром	150
493	Чай с сахаром	200
	ОБЕД	
134.1	Рассольник ленинградский	200
412.1	Котлеты куриные, припущенные с соусом	80
195.1	Рагу из овощей	150
512.1	Компот из кураги	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
	ПОЛДНИК	
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200

573	Гребешок с повидлом	60
День: День 6		
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
ЗАВТРАК		
266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная	200
111	Батон нарезной	30
495	Чай с молоком	200
ОБЕД		
146.1	Суп картофельный с клецками	200
390.1	Тефтели из говядины "ежики" с соусом	80
241	Каша пшенная рассыпчатая	150
519	Напиток из шиповника	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
День: День 7		
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
ЗАВТРАК		
256	Каша пшеничная вязкая молочная	200
108	Хлеб пшеничный	30
100.1	Сыр твердый порциями	10
493	Чай с сахаром	200
ОБЕД		
144.1	Суп картофельный с зеленым горошком	200
406	Плов из отварной птицы	230
508	Компот из смеси сухофруктов	200

108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
	ПОЛДНИК	
496	Какао с молоком (1-й вариант)	200
550	Шанежка наливная	70
День: День 8		
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
	ЗАВТРАК	
302	Омлет с зеленым горошком	150
111	Батон нарезной	30
494	Чай с лимоном	200
	ОБЕД	
128.1	Борщ с капустой и картофелем	200
395.1	Сосиски отварные в соусе	80
291	Макаронные изделия отварные	150
519	Напиток из шиповника	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
	ПОЛДНИК	
511.1	Компот из замороженной ягоды	200
543.2	Пирожки печеные из сдобного теста с капустным фаршем	60
День: День 9		
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
	ЗАВТРАК	
260	Каша "Дружба" молочная	200

111	Батон нарезной	30
493	Чай с сахаром	200
	ОБЕД	
144.2	Суп картофельный с бобовыми	200
408	Суфле из кур с соусом	80
237	Каша гречневая рассыпчатая	150
512.1	Компот из кураги	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
	ПОЛДНИК	
516.1	Кисломолочный продукт	200
541.1	Ватрушки с творожным фаршем	50
	День: День 10	
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
	ЗАВТРАК	
313.2	Запеканка из творога с повидлом	150
494	Чай с лимоном	200
	ОБЕД	
134.2	Рассольник ленинградский	200
345.1	Котлеты рыбные с соусом	80
195	Рагу из овощей	150
508	Компот из смеси сухофруктов	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
	ПОЛДНИК	
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200
542	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	60

День: День 11		
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
ЗАВТРАК		
296	Макаронные изделия, запеченные с сыром	150
493	Чай с сахаром	200
ОБЕД		
142.3	Щи из свежей капусты с картофелем	200
412.1	Шницели куриные, припущенные с соусом	80
243	Каша пшеничная рассыпчатая	150
519	Напиток из шиповника	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30
ПОЛДНИК		
518.1	Сок фруктовый	200
560	Булочка "Нежная"	60
День: День 12		
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г
1	2	3
ЗАВТРАК		
266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная	200
111	Батон нарезной	30
495	Чай с молоком	200
ОБЕД		
146.1	Суп картофельный с клецками	200
399	Оладьи из печени по-кунцевски	80
242	Каша перловая рассыпчатая	150

512.1	Компот из кураги	200
108	Хлеб пшеничный	30
109	Хлеб ржаной	30



