

## 1 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

Сыр твердый	8\10
Омлет натуральный	65\85
Чай с сахаром и лимоном	150\180/7/3,5
Хлеб пшеничный	30\40

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** ----- Сок фруктовый

### ОБЕД

Салат из кукурузы (консервиров) с маслом растительным	30\60
Суп картофельный с рыбными консервами	150\250
Запеканка картофельная с мясом и маслом сливочным	125\165
Компот из сухофруктов	150\180
Хлеб ржаной	40\50

### ПОЛДНИК

Чай с молоком	180\220
Пряники	20\30

### УЖИН

Молочная вермишель	200\250
Какао на цельном молоке	180\200
Хлеб пшеничный	30\40

## 2 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

Масло сливочное	5\10
Каша гречневая молочная с сахаром	120\160
Какао на цельном молоке	150\180
Хлеб пшеничный	30\40

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** --- Фрукты свежие

### ОБЕД

Салат из свеклы с сыром с маслом растительным	30\60
Суп гороховый с гречками	200\250
Каша рисовая	100\120
Кисель из концентрата	100\180
Хлеб ржаной	40\50
Курица отварная	80\80

### ПОЛДНИК

Молоко или йогурт	200\200
Печенье	30\30

### УЖИН

Рыба, тушенная с овощами (минтай)	80\80
Картофель отварной	150
Чай с сахаром	180\10
Хлеб пшеничный	30\40



### 3 ДЕНЬ



#### ЗАВТРАК

Сыр	4\10
Каша ячневая с сахаром и маслом	100\120
Чай с молоком	100\180
Хлеб пшеничный	30\40

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** ----- Сок фруктовый

#### ОБЕД

Огурцы свежие с помидорами	25\50
Суп с клецками	150\250
Мясо тушеное с овощами	170\220
Компот из сухофруктов	150\180
Хлеб ржаной	40\50

#### ПОЛДНИК

Молоко	200
или йогурт	200
Ватрушка с творогом	35\35

#### УЖИН

Каша манная молочная с сахаром и маслом	210\210
Чай с сахаром	200\10
Хлеб пшеничный	30\40
Яйцо вареное	1\2

### 4 ДЕНЬ

#### ЗАВТРАК

Масло сливочное	5\10
Каша кукурузная молочная с сахаром и маслом	100\120
Чай с сахаром	100\180
Хлеб пшеничный	30\40

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** --- Сок фруктовый

#### ОБЕД

Салат овощной с яблоками и с маслом растительным	30\60
Щи на мясном бульоне	150\250
Биточки рыбные (запеченные) (минтай)	60\80
Соус сметанный с томатом	20\30
Макаронные изделия отварные	100\150
Напиток из шиповника	100\180
Хлеб ржаной	40\50

#### ПОЛДНИК

Молоко	200
или йогурт	200
Вафли	20

#### УЖИН

Суп молочный с пшеном	200\250
Чай с сахаром и лимоном	180\10/7
Хлеб пшеничный	30\40



## 5 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

Сыр твёрдый	4\10
Каша из хлопьев «геркулес» молочная с сахаром и маслом	100
Чай с молоком	100\180
Хлеб пшеничный	30\40
Мармелад желейный	10\20

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** ---- Сок фруктовый

### ОБЕД

Салат из картофеля с зеленым горошком	30\60
Свекольник на мясном бульоне	150\250
Сметана	5\10
Плов из курицы	120\210
Компот из сухофруктов	150\180
Хлеб ржаной	40\50

### ПОЛДНИК

Какао на цельном молоке	200
Булка дорожная	25

### УЖИН

Сырники из творога	150\200
Соус молочный (сладкий)	40
Чай с сахаром	180\200
Хлеб пшеничный	30\40

## 6 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

Масло сливочное	10\10
Каша пшеничная молочная с сахаром	130\160
Чай с повидлом	180\20
Хлеб пшеничный	30\40

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** --- Фрукты свежие

### ОБЕД

Салат из зелёного горошка с маслом растительным	30\60
Суп картофельный с макаронными изделиями	150\250
Курица отварная (для супа)	20\25
Зразы рыбные с яйцом (красная)	60\85
Пюре картофельное	100\150
Кисель из концентрата	150\180
Хлеб ржаной	40\50

### ПОЛДНИК

Молоко	220
или йогурт	200
Печенье	30

### УЖИН

Запеканка рисовая с творогом	180\
Чай с молоком	150\250
Хлеб пшеничный	30\40
Соус молочный(сладкий)	40\40



## 7 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

Сыр твердый	4\10
Суп молочный с крупой ячневой и маслом сливочным	100\200
Чай с сахаром и лимоном	100\180
Хлеб пшеничный	30\40

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** - Сок фруктовый

### ОБЕД

Салат из моркови с яблоком и с маслом растительным	30\60
Рассольник на мясном бульоне	150\250
Сметана	5
Котлеты мясные	60\80
Масло сливочное	5
Макаронные изделия отварные	100\150
Компот из сухофруктов	150\180
Хлеб ржаной	40\50

### ПОЛДНИК

Какао на цельном молоке	200\200
Булка «Домашняя»	25

### УЖИН

Рагу овощное с курицей	230\230
Чай с сахаром	180\10
Хлеб пшеничный	30\40

## 8 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

Масло сливочное	5
Каша из смеси круп ( пшено+ рис)	100\120
Какао на цельном молоке	100\180
Хлеб пшеничный	30\40

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** ---- Сок фруктовый

### ОБЕД

Винегрет овощной	30\60
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200\250
Курица отварная с маслом сливочным	60\80
Каша гречневая	100\150
Компот из сухофруктов	100\180
Хлеб ржаной	40\50

### ПОЛДНИК

Молоко или йогурт	200
Вафли	20

### УЖИН

Пудинг творожный	130\150
Соус молочный (сладкий)	40\50
Чай с сахаром и лимоном	200\217
Хлеб пшеничный	30\40



## 9 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

Масло сливочное	5
Омлет с сыром	85\130
Чай с молоком	150\180
Хлеб пшеничный	30\40

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** --- Фрукты свежие

### ОБЕД

Огурцы свежие с помидорами	25\50
Борщ	150\250
Сметана	5
Гуляш из говядины	70\110
Пюре картофельное	100\150
Напиток из шиповника	150\180
Хлеб ржаной	40\50

### ПОЛДНИК

Чай с сахаром	180\200
Пряники	30

### УЖИН

Тефтели «билип» (красная)	60\80
Каша пшеничная	150\150
Какао на цельном молоке	180\180
Хлеб пшеничный	30\40

## 10 ДЕНЬ

### ЗАВТРАК

Сыр твёрдый	4\10
Каша ячневая молочная с сахаром	100
Чай с молоком	100\180
Хлеб пшеничный	30\40
Мармелад желейный	10\20

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК** - Сок фруктовый

### ОБЕД

Салат из зеленого горошка консервированного	30\60
Суп с пшеном	150\250
Биточки мясные	60\80
Капуста тушеная	100\150
Компот из сухофруктов	150\180
Хлеб ржаной	40\50

### ПОЛДНИК

Молоко или йогурт	200
Вафли	20

### УЖИН

Лапшевник с творогом и маслом сливочным	170\205
Чай с сахаром	180\200\10
Хлеб пшеничный	30\40