

| | |
|---|--|
| <p>1 день <u>Завтрак</u> Суп молочный с макаронными изделиями Бутерброд с маслом и сыром Кофейный напиток на сгущенном молоке <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед</u> Маринад овощной Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом Плов с мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Пирожок, печеный из сдобного теста с овощным фаршем <u>Ужин</u> Омлет натуральный Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные Чай с молоком Хлеб пшеничный Фрукты свежие</p> | <p>11 день <u>Завтрак</u> Суп молочный с рисовой крупой Кофейный напиток на сгущенном молоке Бутерброд с маслом и сыром <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед</u> Овощи натуральные соленые Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом Гуляш Горошница или каша перловая рассыпчатая Кисель Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Булочка "Татарочка" <u>Ужин</u> Котлеты морковные с повидлом Чай с лимоном Фрукты свежие</p> |
| <p>2 день <u>Завтрак</u> Каша манная молочная Какао с молоком Бутерброд с повидлом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед</u> Овощи натуральные соленые Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы Суфле рыбное Рис отварной с овощами Кисель Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Сушка на сметане <u>Ужин</u> Рагу из овощей Чай с сахаром Хлеб пшеничный Фрукты свежие</p> | <p>12 день <u>Завтрак</u> Каша манная молочная Какао с молоком Бутерброд с повидлом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед</u> Салат из фасоли и кукурузы с луком репчатым Суп шахтерский со сметаной, с мясом Тефтели из говядины Капуста тушеная Компот Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Кондитерские изделия Конфета <u>Ужин</u> Рагу из овощей Хлеб пшеничный Чай с сахаром Фрукты свежие</p> |
| <p>3 день <u>Завтрак</u> Суп молочный с пшеничной крупой Чай с сахаром Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед</u> Салат из морской капусты с яйцом Свекольник со сметаной, с мясом Соус красный основной Котлеты, биточки, шницели из говядины Картофельное пюре Напиток из шиповника Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Булочка домашняя <u>Ужин</u> Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным Кофейный напиток с молоком Фрукты свежие</p> | <p>13 день <u>Завтрак</u> Каша «Рябчик» Чай с молоком Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Напиток из шиповника. <u>Обед</u> Салат из морской капусты с яйцом Суп картофельный с клецками, с мясом птицы Жаркое по-домашнему Компот из плодов консервированных Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник</u> Чай с сахаром Пирожок с фаршем рыбным и рисом <u>Ужин</u> Запеканка из творога с молоком сгущенным Кофейный напиток с молоком Фрукты свежие</p> |
| <p>4 день <u>Завтрак</u> Суп молочный "Геркулес" Какао с молоком Бутерброд с маслом и сыром <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед</u> Салат "Полевой" Суп "Харчо" со сметаной, с мясом Птица отварная Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Кондитерские изделия <u>Ужин</u> Рыба по-польски Морковь припущенная Хлеб пшеничный</p> | <p>14 день <u>Завтрак</u> Суп молочный с пшеничной крупой Яйцо отварное Какао с молоком Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед</u> Овощи натуральные соленые Свекольник со сметаной, с мясом Плов с мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Манник со сгущенным молоком <u>Ужин</u> Суфле рыбное Винегрет овощной Чай с лимоном</p> |

| | |
|--|--|
| Чай с лимоном | Хлеб пшеничный |
| 5 день <u>Завтрак.</u> Каша "Дружба" Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Салат из моркови с зеленым горошком Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом Гуляш Макаронные изделия отварные Кисель Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Кондитерские изделия Конфеты <u>Ужин.</u> Сырники из творога с джемом или повидлом Чай с сахаром Фрукты свежие | 15 день <u>Завтрак.</u> Макаронные изделия, запеченные с сыром Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Салат из зеленого горошка с луком репчатым Суп "Харчо" со сметаной, с мясом птицы Котлеты, биточки, шницели из говядины Соус сметанный с морковью и луком Картофельное пюре Лимонный напиток Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток Кондитерские изделия Конфеты <u>Ужин.</u> Вареники ленивые с маслом сливочным Чай с сахаром Фрукты свежие |
| 6 день <u>Завтрак.</u> Макаронные изделия, запеченные с сыром Какао на сгущенном молоке Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Овощи натуральные соленые Суп картофельный с клецками, с мясом Капуста, тушенная с птицей Компот из плодов консервированных Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Кондитерские изделия Конфеты <u>Ужин.</u> Каша "Рябчик" Чай с сахаром Хлеб пшеничный Фрукты свежие | 16 день <u>Завтрак.</u> Суп молочный "Геркулес" Какао на сгущенном молоке Бутерброд с маслом и сыром <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Овощи натуральные соленые Борщ с фасолью Зразы рубленые с яйцом Макаронные изделия отварные Компот из сухофруктов Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Кондитерские изделия Конфеты <u>Ужин.</u> Сельдь с луком репчатым Картофель отварной Чай с сахаром Хлеб пшеничный Фрукты свежие |
| 7 день <u>Завтрак.</u> Каша пшеничная молочная Чай с сахаром Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с бобовыми, с мясом Гренки из пшеничного хлеба Картофельная запеканка с печенью Компот из сухофруктов Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Булочка дорожная <u>Ужин.</u> Пудинг творожный с повидлом Кофейный напиток с молоком Фрукты свежие | 17 день <u>Завтрак.</u> Каша рисовая молочная жидкая Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Салат из морской капусты с яйцом Суп картофельный с бобовыми, с мясом Картофельная запеканка с мясом Кисель Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Кондитерские изделия Конфеты <u>Ужин.</u> Пудинг творожный с джемом или повидлом Какао с молоком Фрукты свежие |
| 8 день <u>Завтрак.</u> Суп молочный с ячневой крупой Какао с молоком Бутерброд с маслом и сыром <u>10⁰⁰</u> Напиток из шиповника. <u>Обед.</u> Салат "Полевой" Свекольник со сметаной, с мясом Голубцы ленивые Соус сметанный натуральный Зеленый горошек или кукуруза Кисель Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Гренка с сыром | 18 день <u>Завтрак.</u> Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахаром Бутерброд с маслом и сыром <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед.</u> Салат "Рубин" Суп из овощей со сметаной, с мясом Суфле из кур с рисом Картофельное пюре Напиток из шиповника Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое "Гребешок" или ватрушка с повидлом <u>Ужин.</u> |

| | |
|---|--|
| <p><u>Ужин.</u> Сельдь с луком репчатым Картофельное пюре Чай с сахаром Хлеб пшеничный Фрукты свежие</p> | <p>Суп-уха с рыбой Чай с сахаром Хлеб пшеничный Фрукты свежие</p> |
| <p>9 день <u>Завтрак.</u> Каша рисовая молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с повидлом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Салат "Рубин" Суп шахтерский со сметаной, с мясом Жаркое по-домашнему Лимонный напиток Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Крендель сахарный <u>Ужин.</u> Винегрет овощной Омлет натуральный Хлеб пшеничный Чай с сахаром</p> | <p>19 день <u>Завтрак.</u> Каша манная молочная Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый. <u>Обед.</u> Салат из моркови с зеленым горошком Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом Котлеты, биточки, шницели из говядины Соус красный основной Капуста тушеная Компот из плодов консервированных Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Крендель сахарный <u>Ужин.</u> Омлет с зеленым горошком Хлеб пшеничный Чай с сахаром Фрукты свежие</p> |
| <p>10 день <u>Завтрак.</u> Каша молочная пшеничная Какао с молоком Бутерброд с маслом и сыром <u>10⁰⁰</u> Сок фруктовый <u>Обед.</u> Салат "Овощная мозаика" Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом Капуста, тушенная с птицей Компот из сухофруктов Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Творожники песочные <u>Ужин.</u> Тефтели рыбные Картофель отварной Хлеб пшеничный Чай с сахаром Фрукты свежие</p> | <p>20 день <u>Завтрак.</u> Каша молочная пшеничная Какао с молоком Бутерброд с маслом <u>10⁰⁰</u> Напиток из шиповника <u>Обед.</u> Салат из соленых огурцов с луком репчатым Суп "Волна" со сметаной, с мясом птицы Капуста, тушенная с мясом Компот из изюма и кураги Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) <u>Полдник.</u> Кисломолочный напиток или молоко кипяченое Шанежка наливная <u>Ужин.</u> Рыба, тушенная в соусе Картофель отварной Хлеб пшеничный Чай с лимоном Фрукты свежие</p> |