

## МЕНЮ НА 10 ДНЕЙ

Сад зима

|                                  |                                      | 1 день понедельник            |                           | 2 день вторник     |   | 3 день среда                     |                                | 4 день четверг                          |                             | 5 день пятница |  |
|----------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|---------------------------|--------------------|---|----------------------------------|--------------------------------|---|-----------------------------|----------------|--|
| <b>1<br/>неделя</b>              | <b>Завтрак</b>                       |                               |                           |                    |   |                                  |                                |   |                             |                |  |
|                                  | Суп молочный пшеничный(200)          | 200                           | Суп молочный манный(200)  | 200                | Суп молочный с макаронными изделиями(200) | 200                              | Суп молочный геркулесовый(200) | 200                                     | Омлет натуральный (130)     | 130            |  |
|                                  | Какао с молоком(180)                 | 180                           | Кофейный напиток(180)     | 180                | Какао с молоком(180)                      | 180                              | Кофейный напиток(180)          | 180                                     | Икра кабачковая(порция)(60) | 60             |  |
|                                  | Бутерброд с маслом и сыром(40/10/15) | 65                            | Бутерброд с маслом(40/10) | 50                 | Бутерброд с маслом и сыром(40/10/15)      | 65                               | Бутерброд с маслом(40/10)      | 50                                      | Бутерброд с маслом(40/10)   | 50             |  |
|                                  |                                      |                               |                           |                    |   |                                  |                                |   | Чай с сахаром(180)          | 180            |  |
|                                  | <b>Завтрак 2</b>                     |                               |                           |                    |   |                                  |                                |   |                             |                |  |
|                                  | Фрукты свежие(120)                   | 100                           | Сок нектар(200)           | 200                | Фрукты свежие(130)                        | 130                              | Сок нектар(200)                | 200                                     | Фрукта свежая(140)          | 100            |  |
|                                  | <b>Обед</b>                          |                               |                           |                    |   |                                  |                                |   |                             |                |  |
|                                  | Хлеб ржаной(50)                      | 50                            |                           |                    |   |                                  |                                |   |                             |                |  |
|                                  | Хлеб пшеничный(20)                   | 20                            | Хлеб ржаной(50)           | 50                 |   |                                  |                                |   |                             |                |  |
| Хлеб пшеничный(20)               | 20                                   | Хлеб пшеничный(30)            | 30                        |                    |   | Хлеб ржаной(50)                  | 50                             |   |                             |                |  |
| Суп гороховый (200)              | 200                                  | Помидор соленый(48)           | 48                        | Хлеб ржаной(50)    | 50  | Хлеб пшеничный(20)               | 20                             | Хлеб ржаной(50)                         | 50                          |                |  |
| Огурец соленый(48)               | 48                                   | Печень, тушенная в соусе(110) | 110                       | Свекольник (200)   | 200                                       | Суп картофельный с фасолью(200)  | 200                            | Хлеб пшеничный(20)                      | 20                          |                |  |
| Компот из смеси сухофруктов(180) | 180                                  | Компот из яблок(180)          | 180                       | Плов(180)          | 180                                       | Помидор соленый(48)              | 48                             | Рассольник(200)                         | 200                         |                |  |
| Картофельное пюре(150)           | 150                                  | Каша гречневая(130)           | 130                       | Огурец соленый(48) | 48  | Напиток из плодов шиповника(180) | 180                            | Компот из замор.фруктов с яблоками(180) | 180                         |                |  |

|                     |  |     |  |     |   |     |   |                    |                                     |     |
|---------------------|--|-----|--|-----|---|-----|---|--------------------|-------------------------------------|-----|
|                     | Биточки мясные(95)                         | 95  | Борщ с капустой и картофелем(200)                    | 200 | Кисель из кураги(180)                     | 180 | Курица тушеная с овощами в белом соусе(180)           | 180                | Голубцы ленивые с мясом(200)        | 200 |
| <b>Полдник</b>      |  |     |  |     |   |     |   |                    |                                     |     |
|                     | Пряник детский(50)                         | 35  | Булочка печеная(104)                                 | 104 | Рожок(30)                                 | 30  | Напиток из груши дички(200)                           | 200                | Печенье(50)                         | 50  |
|                     | Кефир(200)                                 | 180 | "Снежок"(150)  | 175 | Кефир(200)                                | 180 | Булочка "Веснушка"(95)                                | 95                 | "Снежок"(150)                       | 175 |
| <b>Ужин</b>         |  |     |  |     |   |     |   |                    |                                     |     |
|                     | Чай с лимоном(180)                         | 180 |  |     | Хлеб пшеничный(15)                        | 15  |   |                    |                                     |     |
|                     | Хлеб пшеничный(20)                         | 20  | Чай с лимоном (180)                                  | 180 | Сельдь с луком(67)                        | 67  | Чай с лимоном(180)                                    | 180                | Хлеб пшеничный(15)                  | 15  |
|                     | Салат из капусты пекинской с кукурузой(67) | 67  | Хлеб пшеничный(10)                                   | 10  | Салат из зеленого горошка и кукурузы (60) | 60  | Хлеб пшеничный(20)                                    | 20                 | Суп молочный с тыквой и крупой(200) | 200 |
|                     | Рыба по-польски(120)                       | 120 | Суфле творожное с изюмом и сгущенным молоком(170/20) | 190 | Картофель отварной(110)                   | 110 | Запеканка творожная с печеньем и сгущ.молоком(160/25) | 165                | Какао с молоком(180)                | 180 |
|                     |  |     |  |     | Чай с лимоном(180)                        | 180 |   |                    |                                     |     |
|                     | <b>1 день понедельник</b>                  |     | <b>2 день вторник</b>                                |     | <b>3 день среда</b>                       |     | <b>4 день четверг</b>                                 |                    | <b>5 день пятница</b>               |     |
| <b>2<br/>неделя</b> | <b>Завтрак</b>                             |     |  |     |   |     |   |                    |                                     |     |
|                     | Суп молочный гречневый(200)                | 200 | Суп молочный ячневый(200)                            | 200 | Суп молочный пшеничный(200)               | 200 | Суп молочный "Дружба"(200)                            | 200                | Макаронны отварные с сыром(118)     | 118 |
|                     | Кофейный напиток(180)                      | 180 | Какао с молоком(180)                                 | 180 | Кофейный напиток(180)                     | 180 | Какао с молоком(180)                                  | 180                | Икра кабачковая(порция)(63)         | 63  |
|                     | Бутерброд с маслом и сыром(40/10/15)       | 65  | Бутерброд с маслом(40/10)                            | 50  | Бутерброд с маслом(40/10)                 | 50  | Бутерброд с маслом(40/10)                             | 50                 | Бутерброд с маслом(40/10)           | 50  |
|                     |  |     |  |     |   |     |   | Чай с лимоном(180) | 180                                 |     |

| <b>Завтрак 2</b>                         |     |   |     |                               |     |                                  |     |                                  |     |
|--|-----|---|-----|-------------------------------|-----|----------------------------------|-----|----------------------------------|-----|
| Фрукты свежие(120)                       | 100 | Сок нектар(200)                               | 200 | Фрукты свежие(130)            | 130 | Сок нектар(200)                  | 200 | Фрукта свежая(140)               | 140 |
| <b>Обед</b>                              |     |   |     |                               |     |                                  |     |                                  |     |
| Щи из квашеной капусты с картофелем(200) | 200 | Суфле из субпродуктов(120)                    | 120 | Суп гречневый(200)            | 200 | Хлеб пшеничный(20)               | 20  | Суфле мясное(95)                 | 93  |
| Хлеб ржаной(50)                          | 50  | Суп с макаронными изделиями и картофелем(200) | 200 | Огурец соленый(48)            | 48  | Суп с рыбными консервами(200)    | 200 | Суп крестьянский с крупой(200)   | 200 |
| Компот из замор.фруктов с яблоками(180)  | 180 | Помидор соленый(48)                           | 48  | Макароны отварные(123)        | 123 | Помидор соленый(48)              | 48  | Огурец соленый(48)               | 48  |
| Икра свекольная(130)                     | 130 | Напиток из плодов шиповника(180)              | 180 | Кисель из кураги(180)         | 180 | Компот из смеси сухофруктов(180) | 180 | Компот из яблок(180)             | 180 |
| Ежики(110)                               | 110 | Гороховое пюре(123)                           | 123 | Говядина отварная молотая(82) | 82  | Ариса(курица с кашей)(190)       | 190 | Картофель тушеный с луком(130)   | 130 |
|  |     | Хлеб ржаной(50)                               | 50  |                               |     |                                  |     | Хлеб ржаной(50)                  | 50  |
|  |     | Хлеб пшеничный(30)                            | 30  | Хлеб ржаной(50)               | 50  | Хлеб ржаной(50)                  | 50  | Хлеб пшеничный(20)               | 20  |
| <b>Полдник</b>                           |     |   |     |                               |     |                                  |     |                                  |     |
| Пряник детский(50)                       | 35  | Печенье(50)                                   | 50  | Рожок(30)                     | 30  | Напиток из груши дички(200)      | 200 | Пряник детский(50)               | 35  |
| Кефир(200)                               | 180 | "Снежок"(150)                                 | 175 | Кефир(200)                    | 180 | Булочка печеная(104)             | 104 | "Снежок"(150)                    | 175 |
| <b>Ужин</b>                              |     |   |     |                               |     |                                  |     |                                  |     |
| Чай с лимоном (180)                      | 180 |   |     | Чай с лимоном(180)            | 180 |                                  |     | Яйцо вареное (40)                | 40  |
| Хлеб пшеничный(20)                       | 20  | Чай с лимоном(180)                            | 180 | Хлеб пшеничный(20)            | 20  | Чай с лимоном(180)               | 180 | Хлопья кукурузные с молоком(200) | 200 |
| Салат из редьки(83)                      | 83  | Хлеб  | 10  | Салат из капусты              | 95  | Хлеб пшеничный(20)               | 20  | Хлеб                             | 10  |

|  |                                |     |                                       |     |  |     |  |     |                       |     |
|--|--------------------------------|-----|---------------------------------------|-----|--|-----|--|-----|-----------------------|-----|
|  |                                |     | пшеничный(10)                         |     | пекинской с зеленым горошком(95)             |     |  |     | пшеничный(10)         |     |
|  | Рыба, запеченная в омлете(130) | 130 | Сырники из творога с повидлом(140/20) | 160 | Рыба, запеченная с картофелем по-русски(150) | 150 | Запеканка из творога с изюмом и повидлом(160/15) | 175 | Кофейный напиток(180) | 180 |