

Меню на осенне-зимний период 2023-24 год

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>1-ый день</b> | Макаронны с маслом, сахаром 150/180 Булка сыр 20/6; 43/7  |
| Завтрак          | Коф-ный нап-к на молоке 150/180;  |
| Обед             | Суп молочный 150/200;<br>Жаркое по-домашнему 150/220 Компот из с/ фруктов 150/180; Хлеб 20/30   |
| Полдник          | Сок 130/140; Кондитерские изделия   |
| ужин             | Блины с маслом, сахаром 100/130.0;<br>Чай с лимоном 150/180; Фрукты   |
| <b>2-ый день</b> | Каша геркулесовая мол. 150/200; Коф- ный нап-к на молоке 150/180;   |
| Завтрак          | Булка, масло 20/5; 30/6   |
| Обед             | Помидор 30/30; Суп рыбный 150/200; Запеканка вермишелевая 150.0-180.0;<br>Соус мол. 20.0/30.0; Кисель 150/180; Хлеб 20/30                                 |
| Полдник          | Кефир/ молоко 130/150; Булка 20/30  |
| ужин             | Пудинг творожный со сгущенным молоком 100/10; 130/15<br>Чай с лимоном 150/180   |
| <b>3-ый день</b> | Каша «Дружба» мол. 150/200; Какао на молоке 150/180;  |
| Завтрак          | Булка, масло 20/5; 30/6   |
| Обед             | Огурец свежий 20/20; Б-он куриный с яйцом, гренками 150/200;<br>Шницель куриный 50/70; Пюре картофельное 130/150;<br>Компот из с/фр. 150 /180; Хлеб 20/30 |
| Полдник          | Фрукты  |
| ужин             | Оладьи из печени 50/50; Капуста тушеная 130/150;<br>Чай с лимоном 150/180; Хлеб 20/20;  |
| <b>4-ый день</b> | Вермишель мол. 150/200; Булка с маслом 20/5; 30/6,  |
| Завтрак          | Коф-ный нап-к на молоке 150/180;  |
| Обед             | Суп овощной 150/ 200; Гуляш из говядины 50/70; Греча 130/150;<br>Кисель 150/180; Хлеб 20/30   |
| Полдник          | Сок 150/150;  |
| ужин             | Омлет 80/100; Ватрушка с повидло/творогом 70/70;<br>Чай с лимоном 150/180;  |
| <b>5-ый день</b> | Каша манная мол. 150/200; Булка, сыр 20/6; 30/7   |
| Завтрак          | Коф-ный нап-к на молоке 150/180;  |
| Обед             | Огурец соленый 20/20; Борщ со сметаной 150/200; Котлета рыбная 50/70;<br>Пюре картофельное 130/150; Компот из с/фруктов 150/180; Хлеб 20/30               |
| Полдник          | Молоко 130/150; булка 20/30   |
| ужин             | Голубцы ленивые 150.0/220.0; Чай с лимоном 150/180; Хлеб 20/20  |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Завтрак                 | Коф-ный нап-к на молоке 150/180;   |
| Обед                    | Рассольник со сметаной 150/200; Тефтели мясные 50/70; макароны 130/150; Соус мо.15/20; Компот из с/фруктов 150/180; Хлеб 20/30       |
| полдник                 | Сок 130/150; Кондитерские изделия  |
| ужин                    | Драчена 110/130; Чай с лимоном 150/180; Фрукты   |
| <b><u>7-ый день</u></b> | Пудинг манный 150/200;   |
| Завтрак                 | Коф-ный нап-к на молоке 150/180 Булка, масло 20/5; 30/6;   |
| Обед                    | Щи со сметаной 200.0; Ежики в соусе 90/110.0; Икра свекольная 70/90.0; Кисель 150/180.0; Хлеб 20/30;                                 |
| Полдник                 | Ряженка 130.0/150.0 Булка 20.0/20.0  |
| ужин                    | Запеканка творожная со сгущенным молоком 100/10; 130/15; Чай с лимоном 150/180;  |
| <b><u>8-ый день</u></b> | Каша геркулесовая 150.0/200.0; Какао на молоке 150/180;  |
| Завтрак                 | Булка, масло 20/5; 30/6  |
| Обед                    | Суп куриный 150/200; Кура тушеная в соусе 50/70; Греча 130/150; Компот из с/фруктов 150/180; Хлеб 20/30                              |
| Полдник                 | Фрукты   |
| ужин                    | Рыба под овощами 50/70; Пюре картофельные 130/150; Чай с лимоном 150/180; Хлеб 20/20   |
| <b><u>9-ый день</u></b> | Каша пшеничная мол.150/200; Булка, масло 20/6; 30/8;   |
| Завтрак                 | Коф-ный нап-к на молоке 150/180  |
| Обед                    | Свекольник со сметаной 150/200; Плов с курой 150/220; Кисель 150/180; Хлеб 20/30   |
| Полдник                 | Сок 150/150  |
| ужин                    | Помидор 30/30; Рагу овощное 150/220; Сдоба домашняя 60/60; Чай с лимоном 150/180 Хлеб 20/20  |
| <b><u>10 день</u></b>   | Суфле яичное 90/130; Коф-ный нап - к на молоке 150/180;  |
| Завтрак                 | Булка сыр 30/5; 40/6   |
| Обед                    | Огурец свежий 20/20; Суп гороховый 150/200; Биточки рыбные 50/70; Пюре картофельные 130/150; Компот из с/фруктов 150/180; Хлеб 20/30 |
| полдник                 | молоко 130/150; булка 20/20  |
| ужин                    | Сырники творожные со сгущенным молоком 100/130<br>Чай с лимоном 150/180  |