

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2-ой | Завтрак | Каша пшеничная на молоке со сливочным маслом | 180 | 200 | 30 а | 30 |
| Кофе на молоке | 180 | 200 | 52 а | 52 |
| Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 35/8 | 40/10 | 39 а/38 а | 39 /38 |
| Второй завтрак | Сок | 100 | 120 | 66 а -71 а | 66-71 |
| Обед | Суп гороховый | 200 | 250 | 4 а | 4 |
| Сельдь с луком |  | 30 |  | 112 |
| Картофельное пюре | 160 | 200 | 81 а | 81 |
| Мясо тушеное | 60 | 70 | 98 а | 98 |
| Компот из кураги и изюма | 180 | 200 | 59 а | 59 |
| Хлеб ржаной | 40 | 60 | 40 а | 40 |
| Полдник | Хлеб пшеничный с повидло | 30/12 | 35/15 | 39 а/48 а | 39/48 |
| Чай не сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Фрукты | 100 | 100 | 72 а -76 а | 72-76 |
| Ужин | Запеканка творожная со сметанным соусом | 120/20 | 150/30 | 33 а | 33 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |
| 3-ий | Завтрак | Каша дружба на молоке со сливочным маслом | 180 | 200 | 26 а | 26 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Хлеб пшеничный | 35/8 | 40/10 | 39 а /38 а | 39/38 |
| Второй завтрак | Фрукты | 100 | 100 | 72 а -76 а | 72-76 |
| Обед | Свекольник на мясокостном бульоне | 200 | 250 | 9 а | 9 |
| Котлета из мяса | 60 | 70 | 101 а | 101 |
| Макароны отварные со сливочным маслом | 120/4 | 150/5 | 77 а | 77 |
| Компот из кураги | 180 | 200 | 61 а | 61 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 40 а | 40 |
| Полдник | Печенье | 50 | 70 | 48 а | 48 |
| Снежок | 170 | 180 | 58 а | 58 |
| Ужин | Пудинг творожно-рисовый со сгущенкой | 120/12 | 150/15 | 35 а | 35 |
| Какао на молоке | 180 | 200 | 50 а | 50 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4-ый | Завтрак | Омлет с зеленым горошком | 120/45 | 130/60 | 23 а /13 а | 23/13 |
| Кофе на молоке | 180 | 200 | 52 а | 52 |
| Хлеб пшеничный со сливочным маслом и сыром | 35/8/20 | 40/10/30 | 39 а /38 а /36 а | 39/38/36 |
| Второй завтрак | Сок | 100 | 120 | 66 а -71 а | 66-71 |
| Обед | Салат из свеклы | 45 | 60 | 12 а | 12 |
| Суп крестьянский | 200 | 250 | 102 а | 102 |
| Картофельная запеканка с мясом | 160 | 190 | 90 а | 90 |
| Напиток лимонный | 180 | 200 | 65 а | 65 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 40 а | 40 |
| Полдник | Плюшка | 60 | 70 | 116 а | 116 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Ужин | Каша манная на молоке | 180 | 200 | 32 а | 32 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |
| 5-ый | Завтрак | Каша рисовая на молоке | 180 | 200 | 27 а | 27 |
| Какао на молоке | 180 | 200 | 50 а | 50 |
| Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 35/8 | 40/10 | 39 а /38 а | 39/38 |
| Второй завтрак | Фрукты | 100 | 100 | 72 а -76 а | 72-76 |
| Обед | Борщ из свежей капусты | 200 | 250 | 5 а | 5 |
| Рис отварной со сливочным маслом | 150/4 | 150/5 | 107 а | 107 |
| Рыба с овощами | 65 | 80 | 93 а | 93 |
| Компот из кураги и изюма | 180 | 200 | 59 а | 59 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 40 а | 40 |
| Полдник | Вафли | 50 | 70 | 48 а | 48 |
| Сок | 100 | 120 | 66 а -71 а | 66-71 |
| Ужин | Салат из свежей капусты и моркови | 45 | 60 | 16 а | 16 |
| Картофель отварной со сливочным маслом | 150/4 | 180/5 | 110 а | 110 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6-ой | Завтрак | Вермишель (макароны) отварные с маслом сливочным | 120/4 | 150/5 | 77 а | 77 |
| Яйцо | 1/2 | 1/2 | 37 а | 37 |
| Кабачковая икра | 45 | 50 | 20 а | 20 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 35/8 | 40/10 | 39 а /38 а | 39/38 |
| Второй завтрак | Сок | 100 | 120 | 66 а -71 а | 66-71 |
| Обед | Бульон куриный с гренками | 200/10/ | 250/10/ | 1 а | 1 |
| Ленивые голубцы | 190 | 220 | 97 а | 97 |
| Морковь тертая с сахаром | 45 | 60 | 17а | 17 |
| Компот из кураги | 180 | 200 | 61 а | 61 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 40 а | 40 |
| Полдник | Печенье | 50 | 70 | 48 а | 48 |
| Кофе на молоке | 180 | 200 | 51 а | 51 |
| Ужин | Каша овсяная (геркулесовая) | 180 | 200 | 28 а | 28 |
| Кисель | 180 | 200 | 54 а | 54 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |
| 7-ой | Завтрак | Омлет с зеленым горошком | 120/45 | 130/60 | 23 а /13 а | 23/13 |
| Какао на молоке | 180 | 200 | 50 а | 50 |
| Хлеб пшеничный со сливочным маслом и сыром | 35/8/20 | 40/10/30 | 39 а /38 а /36 а | 39/38/36 |
| Второй завтрак | Фрукты | 100 | 100 | 72 а -76 а | 72-76 |
| Обед | Щи из свежей капусты | 200 | 250 | 3 а | 3 |
| Овощное рагу с мясом | 170 | 220 | 95 а | 95 |
| Компот из изюма и кураги | 180 | 200 | 59 а | 59 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 40 а | 40 |
| Полдник | Ватрушка | 60 | 70 |  |  |
| Снежок | 170 | 180 | 58 а | 58 |
| Ужин | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 120/20 | 150/30 | 33 а | 33 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 8-ой | Завтрак | Лапша в молоке со сливочным маслом | 180 | 200 | 7 а | 7 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |
| Хлеб пшеничный со сливочным маслом и сыром | 35/8/20 | 40/10/30 | 39 а /38 а /36 а | 39/38/36 |
| Второй завтрак | Фрукты | 100 | 100 | 72 а -76 а | 72-76 |
| Обед | Рассольник | 200 | 250 | 2 а | 2 |
| Картофельное пюре | 160 | 200 | 81 а | 81 |
| Подлива из печени | 60 | 70 | 87 а | 87 |
| Компот из кураги | 180 | 200 | 61 а | 61 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 40 а | 40 |
| Полдник | Плюшка | 60 | 70 | 116 а | 116 |
| Кисель | 180 | 200 | 54 а | 54 |
| Ужин | Запеканка творожно-рисовая со сметанным соусом | 120/12 | 150/15 | 35 а | 35 |
| Кофе на молоке | 180 | 200 | 51 а | 51 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |
| 9-ый | Завтрак | Каша пшенная на молоке с маслом сливочным | 180 | 200 | 25 а | 25 |
| Какао на молоке | 180 | 200 | 50 а | 50 |
| Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 30/8/20 | 40/10/30 | 39 а /38 а /36 а | 39/38/36 |
| Второй завтрак | Сок | 100 | 120 | 66 а -71 а | 66-71 |
| Обед | Борщ из свежей капусты | 200 | 250 | 5 а | 5 |
| Ежики в сметанно-томатном соусе | 60/20 | 90/30 | 99 а | 99 |
| Салат из зеленого горошка | 45 | 60 | 13 а | 13 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 40 а | 40 |
| Напиток лимонный | 180 | 200 | 65 а | 65 |
| Полдник | Гребешки | 60 | 70 | 116 а | 116 |
| Кисель | 180 | 200 | 54 а | 54 |
| Ужин | Капуста тушеная с маслом сливочным | 180 | 200 | 83 а | 83 |
| Яйцо 1/2 | 20,5/ 1/2 | 20,5/ 1/2 | 37 а | 37 |
| Чай с лимоном | 180/10 | 200/10 | 56 а | 56 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10-ый | Завтрак | Каша гречневая на молоке | 180 | 200 |  |  |
| Кофе на молоке | 180 | 200 | 51 а | 51 |
| Хлеб пшеничный со сливочным маслом | 30/8 | 40/10 | 39 а /38 а | 39/38 |
| Второй завтрак | Фрукты | 100 | 100 | 72 а -76 а | 72-76 |
| Обед | Суп овощной | 200 | 250 | 8 а | 8 |
| Рыба под омлетом | 160 | 180 | 92а | 92 |
| Компот из кураги с изюмом | 180 | 200 | 59 а | 59 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 40 а | 40 |
| Полдник | Вафли | 50 | 70 | 48 а | 48 |
| Сок | 100 | 120 | 66 а -71 а | 66-71 |
| Ужин | Винегрет | 180 | 200 | 11 а | 11 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 35 | 39 а | 39 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 55 а | 55 |