

I-я неделя



| Первый день | Второй день | Третий день | Четвертый день | Пятый день |
|---|---|--|---|---|
| Завтрак | | | | |
| каша молочная ячневая жидкая (цельное) 175/200 (Тк77) | сырники творожные 80/80 (Тк 88) | каша манная молочная жидкая (цельное) 175/200 (Тк 17) | пудинг из творога(запеченый) 100/130 (Тк 79) | омлет натуральный 80/100 (Тк 127) |
| | соус молочный (сладкий) 20/30 (Тк 72) | | соус молочный (сладкий) 20/30 (Тк 72) | |
| масло сливочное (порциями) 5/10 (Тк 102) | сыр (порциями) 10/15 (Тк 90) | масло сливочное (порциями) 5/10 (Тк 102) | | сыр (порциями) 10/15 (Тк 90) |
| кофейный напиток на цельном молоке 150/180 (Тк 63) | кисель плодово ягодный 150/180 (Тк 85) | какао с молоком (цельное) 150/180 (Тк 65) | чай с сахаром 150/180 (Тк 59) | кофейный напиток на цельном молоке 150/180 (Тк 63) |
| батон нарез в/с 25/35 (Тк 39) | батон нарез в/с 25/35 (Тк 39) | батон нарез в/с 25/35 (Тк 39) | батон нарез в/с 25/35 (Тк 39) | батон нарез в/с 25/35 (Тк 39) |
| II Завтрак | | | | |
| варенец 150/180 (Тк 130) | молоко кипяченое (цельное)150/180 (Тк 69) | ряженка 150/180 (Тк 130) | сок фруктовый в индив упаковке 125/200 | варенец 150/йогурт фруктовый в инд.упак 180 (Тк 130,136) |
| овощи припущ. со сливочным маслом (фасоль) 30/45 (Тк 3) | | капуста цвет.отв. с маслом 30/45 (Тк 113) | | |
| рассольник Ленинградский со сметаной вегетарианский 175/200; 5/5 (Тк 106) | суп картофельный с фрикадельками и макар издел 200/175; 10/10 (Тк 11) | свекольник на мясном бульоне со сметаной 175/200;10/10; 5/5 (Тк12) | суп картофельный с крупой со сметаной 175/200; 5/5 (Тк 74) | борщ (мелкошинкованный) на мясном бульоне 175/200;10/10;5/5 (Тк 2) |
| рис отварной с мясом 120/150 (Тк 105) | бифстроганов из отварного мяса (говядина) 40/50; 20/30 (Тк 114) | котлета из кальмара п/фприпущенная 65/75 (Тк 38) | котлеты рубленые из мясного фарша припущенная 50/60 (Тк 44) | печень по строгановски 40/50; 20/30 (Тк 15) |
| | каша рассыпчатая гречневая 80/110 (Тк 49) | пюре картофельное со слив.маслом100/120 (Тк 54) | капуста тушеная 100/120 (Тк 71) | каша ячневая вязкая (Тк 133) /гороховое пюре со слив маслом (Тк 108) 80/110 |
| компот из свежих фруктов 150/180 (Тк 58)- витаминизированный | компот из св/замор.ягод (Тк 110)- витаминизированный | компот из свежих фруктов 150/180 (Тк 58)- витаминизированный | компот из св/замор ягод (Тк 110)- витаминизированный | компот из изюма 150/180 (Тк 58)- витаминизированный |
| хлеб ржаной 25/35+хлеб пшен в/с 10/15 (Тк 39) | хлеб ржано-пшен формовой 25/35+хлеб пшен в/с 10/15 (Тк 39) | хлеб пшен в/с 25/35-хлеб ржаной 10/15 (Тк 39) | хлеб ржаной 25/35+хлеб пшен в/с 10/15 (Тк 39) | хлеб ржаной 25/35+хлеб пшен в/с 10/15 (Тк 39) |
| Полдник | | | | |
| тефтели из горбуши припущенные 40/50 (Тк 46) | кукуруза консерв -/45 (Тк 97) | икра кабачковая консер. - /45 (Тк 94) | вареники п/ф с картофелем со слив.маслом 135/160 (Тк 73) | сельдь соленая -/30 (Тк 75) |
| пюре картофельное 100/120 (Тк 54) | омлет натур.(Тк 127) /омлет натур.с колбасой 120/135 (Тк 131) | макарены, запеченые с сыром 135/150 (Тк 27) | | запеканка картофельная с мясным фаршем 130/150 (Тк 13) |
| | | | | соус томатный 20/30 (Тк 98) |
| чай с сахаром 150/180 (Тк 59) | чай с лимоном 150/180 (Тк 60) | напиток из изюма 150/180 (Тк 58) | напиток из плодов кураги 150/180 (Тк 58) | чай с лимоном 150/180 (Тк 60) |
| | хлеб ржано-пшен формовой 25/35 (Тк 39) | хлеб пшеничн в/сорт 25/35 (Тк 39) | | хлеб ржаной 25/35(Тк 39) |
| печенье американо 1шт/1шт (Тк 41) | блинчики со сгущенкой 1 шт/ 1шт (Тк 119) | | | печенье сливочное 1 шт/1 шт (Тк118) |
| | | | | конфета 1 шт/1 шт (Тк86) |

