

циклическое двухнедельное меню

1 день

№	Завтрак
1	Каша манная на молоке 250
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	зефир 40
	обед
1	Салат капуста с яблоком 100
2	Суп гороховый с гренками 250
3	Картофель по-домашнему 200
4	Хлеб пшеничный 80
5	Компот из сухофруктов 200
6	фрукт
7	
8	

2 день

№	Завтрак
1	Каша пшеничная на молоке 250
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	печенье 40
	обед
1	Салат капуста с зеленым горошком.100
2	Борщ со сметаной 250/10
3	Запеканка картофельная с мясом 200
4	Хлеб пшеничный 80
5	Отвар шиповника 200
6	фрукт
7	
8	

3 день

№	Завтрак
1	Каша кукурузная 250
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	вафля 40
	Обед
1	Салат морковный 100
2	Рассольник со сметаной 250/10
3	Котлета из говядины 80
4	Рис отварной 200
5	Подлив 50
6	Хлеб пшеничный 80
7	Каркадэ 200
8	фрукт

4 день

№	Завтрак
1	Каша дружба на молоке 250
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	Йогурт 100
	обед
1	Салат из свеклы 100
2	Суп картофельный рыбой 250
3	Гуляш 150
4	Гарнир сложный (картофель+капуста)200
5	Хлеб пшеничный 80
6	Компот из свежих фруктов 200
7	фрукт
8	

5 день

№	Завтрак
1	Омлет 200
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	Пряник 50
	обед
1	Салат морковь с яблоком 100
2	Щи со сметаной 250/10
3	Курица порционная 90
4	Макароны отварной 200
5	Подлив 50
6	Хлеб пшеничный 80
7	какао 200
8	фрукт

6 день

№	Завтрак
1	Каша рисовая на молоке 250
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	конфета 30
	обед
1	икра 100
2	Суп манной с гренками 250
3	Рыба припущенная на молоке 90
4	Картофельное пюре 200
5	Подлив 50
6	Хлеб пшеничный 80
7	Лимонад 200
8	фрукт

7 день	
№	завтрак
1	Суп молочный с вельмишелю 250
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	зефир 40
	обед
1	салат здоровье 100
2	Свекольник со сметаной 250/10
3	Тефтели из говядины 80
4	Перловка 200
5	Подлив 50
6	Хлеб пшеничный 80
7	Компот из сухофруктов 200
8	фрукт.

8 день	
№	Завтрак
1	Каша геркулес на молоке 250
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	печенье 40
	обед
1	салат сборный 100
2	Суп овощной с фасолью 250
3	Плов с курицей 250
4	Хлеб пшеничный 80
5	Цикорий 200
6	фрукт
7	
8	

9 день	
№	Завтрак
1	Макарон отварной с сыром 200/10
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	вафля 40
	обед
1	Винегрет 100
2	Суп куринный с клецками 250
3	Азу с говядины 250
4	Хлеб пшеничный 80
5	Чай с молоком 200
6	фрукт
7	
8	

10 день	
№	Завтрак
1	Каша ячневая на молоке 250
2	Хлеб с маслом 40/10
3	Чай сладкий 200
4	Пряник 40
	обед
1	Салат морковь с яблоком 100
2	Суп с мясными фрикадельками 250
3	Котлета 80
4	Подлив 50
5	Гречка отварная 200
6	Хлеб пшеничный 80
7	Чай с лимоном 200
8	фрукт.