Утверждаю:

Приказом и.о. заведующего учреждением

№ 97-Д от «29» января 2021 г.

|  |
| --- |
| ***Меню-1 день***  ***Завтрак : Каша гречневая вязкая на молоке -150/200***  ***Хлеб с маслом и сыром***  ***30/5/5-40/5/10***  ***Кофейный напиток с молоком -150/150***  ***Второй завтрак: Сок фруктовый -100/150***  ***Обед: салат из моркови с зеленым горошком-30/50***  ***Суп овощной -150/180***  ***Картофельное пюре-110/130***  ***Пудинг из мяса -60/70***  ***Компот из сухофруктов -150/180***  ***Хлеб -40/50***  ***Полдник: Молоко цельное-150/200***  ***Булочка «Российская» -50/50***  ***Ужин: Ленивые голубцы с мясом - 170/200***  ***Кисель из концентрата ягодного -150/200***  ***Хлеб -30/40*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-2 день***  ***Завтрак : Омлет натуральный -120/140***  ***Хлеб с маслом***  ***-30/5-40/5***  ***Какао с молоком -150/150***  ***Второй завтрак: Сок фруктовый -100/150***  ***Обед: Салат из свежих огурцов и помидор -30/50***  ***Свекольник -150/180***  ***Гуляш из мяса, --60/70***  ***Вермишель 110/130***  ***Компот из свежих фруктов-150/180***  ***Хлеб -40/50***  ***Полдник: Снежок -150/200***  ***Печенье сахарное -50/50***  ***Ужин: Картофельное пюре -110/130***  ***Тефтели из мяса с рисом /соус-60/20-70/30***  ***Чай сладкий -150/180***  ***Хлеб -20/30*** |

|  |
| --- |
| ***Меню- 3день***  ***Завтрак: запеканка из творога с молоком сгущенным -150/200, 20/30***  ***Хлеб с маслом-30/8-40/10***  ***Чай с молоком-150/150***  ***Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150***  ***Обед: Салат картофельный с зелен. горошком-30/50***  ***Борщ с капустой и картофелем- 150/180***  ***Мясо отварное-10/15***  ***Рис отварной-110/130***  ***Тефтели мясные, соус -60/70-20/30***  ***Компот из изюма -150/180***  ***Хлеб -40/50***    ***Полдник: Вафли -50/50***  ***Молоко цельное -150/200***  ***Ужин: Рагу из птицы 170/200***  ***Кисель -150/200***  ***Хлеб -20/30***  ***Свежий фрукт – 100/100*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-4 день***  ***Завтрак: Каша ячневая -150/200***  ***Хлеб с маслом и сыром-30/5/8-40/5/10***  ***Кофейный напиток -***  ***с молоком-150/150***  ***Второй завтрак: сок фруктовый -100/150***  ***Обед: Салат из свеклы с изюмом***  ***-30/50***  ***Рассольник домашний-150/180***  ***Мясо отварное-10/10***  ***Плов с мясом – 170/200***  ***Компот из сухофруктов -150/180***  ***Хлеб -40/50***    ***Полдник: яблоко печеное – 100/100***  ***Чай сладкий -100/150***  ***Ужин: Рожки отварные -110/130***  ***Котлета мясная -60/70***  ***Компот из кураги 150/200***  ***Хлеб 20/30*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-5 день***  ***Завтрак : Каша овсяная из геркулеса***  ***жидкая 150/200-***  ***Хлеб с маслом-30/5-40/5***  ***Какао с молоком -150/200***  ***Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150***  ***Обед: Винегрет овощной-30/50***  ***Суп картофельный с***  ***Мясными фрикадельками -150/20-200/30***  ***Гречка отварная -110/130***  ***Шницель -60/70***  ***Соус основной-20/30***  ***Компот из суш.плодов-150/180***  ***Хлеб -40/50***  ***Полдник: Снежок -150/200***  ***Пряник -50/50***  ***Ужин: Жаркое по-домашнему-170/170***  ***Чай сладкий -150/200***  ***Хлеб -20/30***  ***Свежий фрукт – 100/100*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-6 день***  ***Завтрак: Каша молочная***  ***рисовая жидкая -150/200***  ***Хлеб с маслом и***  ***сыром-30/5/8-40/5/10***  ***Чай с молоком-150/150***  ***Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150***  ***Обед: Икра морковная -30/50***  ***Щи из свежей капусты***  ***с картофелем-150/180***  ***Картофельное пюре-110/130***  ***Фрикадельки мясные-60/70***  ***Соус основной-20/30***  ***Компот из св.плодов-150/180***  ***Хлеб -40/50***    ***Полдник: Йогурт – 150/200***  ***Печенье -50/50***  ***Ужин: Оладьи из печени/соус-60/20-70/30***  ***Вермишель отварная-110/130***  ***Компот из плодов суш.-150/200***  ***Хлеб -20/30***    ***Меню-8 день***  ***Завтрак: Каша молочная***  ***пшеничная жидкая-150/200***  ***Хлеб с маслом/сыр-30/5/8-40/5/10***  ***Какао с молоком -150/150***  ***Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150***  ***Обед: Салат из св. капусты и моркови 30/50***  ***Куринный бульон с гренками 150/20/180/20***  ***Рис отварной-110/130***  ***Курица в соусе-60/20-70/30***  ***Компот из яблок и апельсин-150/180***  ***Хлеб -40/50***  ***Полдник: кефир -150/200***  ***Печенье-50/50***  ***Ужин:* Биточки мясные 60/70**  **Картофельное пюре**  **110/130**  **Компот из сухих фруктов 150/150**  **Хлеб 20/30** |

|  |
| --- |
| ***Меню-7день***  ***Завтрак : Каша гречневая молочная-150/200***    ***Хлеб с маслом-30/5-40/10***  ***Кофейный напиток***  ***с молоком -150/150***  ***Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150***  ***Обед: Салат из огурцов сол. -30/50***  ***Борщ со сметанной -150/180***  ***Макароны отварные-110/130***  ***Котлета из мяса, соус -60/20-70/30***  ***Компот из св. ягод-150/180***  ***Хлеб -40/50***  ***Полдник: молоко цельное-150/200***  ***Ватрушка с творогом -50/50***  ***Ужин: Картофельное пюре 110/130***  ***Капуста тушенная с мясом -60/70***  ***Чай с сахаром-150/200***  ***Хлеб -20/30***  ***Свежий фрукт – 100/100*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-9 день***  ***Завтрак Омлет натуральный -120/120***  ***Хлеб с маслом-30/10-40/10***  ***Кофейный напиток с молоком-150/180***    ***Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150***  ***Обед: Салат из свеклы с чесноком -30/50***  ***Суп гороховый с гренками -150/20/180/20***  ***Кнели из мяса -60/70, гречка рассыпчатая 110/130***  ***Компот из св. фруктов-150/180***  ***Хлеб -40/50***  ***Полдник: Слойка -50/50***  ***Варенец -150/200***  ***Ужин: Азу с мясом – 170/200***  ***Чай сладкий с лимоном-150/200***  ***Хлеб -20/30*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-10 день***  ***Завтрак : Каша манная молочная-150/200***  ***Хлеб с маслом и сыром-30/5/8-40/5/10***  ***Чай с сахаром-150/150***    ***Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150***  ***Обед: Салат овощной 30/50***  ***Суп «Сахалинский»-150/180 Котлета мясная -60/70***  ***Вермишель отварная 110/130***  ***Компот из св. яблок и апельсин-150/180***  ***Хлеб -40/50***  ***Полдник: Молоко цельное-150/200***  ***Пряник -50/50***  ***Ужин: Салат витаминный -30/50***  ***Плов из мяса-170/200***  ***Компот из изюма-150/170***  ***Хлеб -20/30*** |