

Десятидневное менюготавливаемых блюд (летний - осенний сезон). Неделя 1. День 1,2.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 1.	Вес блюда
завтрак	91	Каша пшеничная	150/200
	261	Чай с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	33	Суп «Ленинградский»	150/200
	163	Плов перловый с мяс. консерв.	150/200
		Икра кабачковая	40/50
	239	Компот из сухофруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	255	Молоко кипячёное	150/200
		Хлеб ржаной с джемом	20/30
ужин	194	Макароны	100/120
		Сыр	10
	260	Чай с лимоном	150/200

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 2.	Вес блюда
завтрак	85	Каша пшённая с яблоками	150/200
	253	Кофе с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	34	Свекольник	150/200
	138/220	Рыбное суфле в молочном соусе	60/70
	194	Макароны	80/100
	16	Салат из св. помидоров и кукурузы	50
	240	Компот из свежих фруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	232	Кисель из свежих ягод	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	77	Рагу из овощей	150/200
	256	Напиток из шиповника	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Десятидневное менюготавливаемых блюд (летний - осенний сезон). Неделя 1. День 3, 4.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 3.	Вес блюда
завтрак	86	Каша гречневая	150/200
	248	Какао	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	41	Суп картофельный с рыбой (сайра)	150/200
	178/220	Котлета куриная в молочном соусе	60/70
	191	Рис	80/100
	15	Салат из свежих огурцов	50
	257	Компот из свежих ягод	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	255	Молоко кипячёное	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	129	Сырники из творога с джемом	100/120
	260	Чай с лимоном	150/200

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 4.	Вес блюда
завтрак	98	Каша рисовая	150/200
	261	Чай с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	42	Суп «Крестьянский» со сметаной	150/200
	161/228	Котлеты мясные с том. соусом	60/70
	194	Макароны	80/100
	17	Салат из свежих помидоров с перцем	50
	239	Компот из изюма	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	232	Кисель из свежих ягод	150/200
	274	Булочка домашняя	40/60
ужин	138	Рыба запеченная в омлете	60/80
	263	Чай с сахаром	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Десятидневное менюготавливаемых блюд (летний - осенний сезон). Неделя 1. День 5. Неделя 2. День 1.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 5.	Вес блюда
завтрак	110	Омлет	80/100
	253	Кофе с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	27	Борщ со сметаной	150/200
	161/227	Котлеты из печени в смет. соусе	50/60
	206	Пюре картофельное	100
	108	Пюре гороховое	150
	257	Напиток из свежих ягод	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	251	Кефир	150/200
		Вафли	20/30
ужин	128	Пудинг творожный со сгущен. молоком	120/150
	263	Чай с сахаром	150/200

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 1.	Вес блюда
завтрак	91	Каша пшеничная	150/200
	248	Какао	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	36	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150/200
	162/228	Запеканка вермишелевая в томатном соусе	150/200
	4	Салат из белокочанной капусты с морковью	50
	239	Компот из сухофруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	255	Молоко кипячёное	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	153	Жаркое по-домашнему с огурцами (Азу)	150/200
	263	Чай с сахаром	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Десятидневное менюготавливаемых блюд (летний - осенний сезон). Неделя 2. День 2, 3.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 2.	Вес блюда
завтрак	44	Молочная вермишель	150/200
	261	Чай с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	56	Щи из свежей капусты со сметаной	150/200
	134/220	Котлеты рыбные с мол. соусом	60/70
	206	Картофельное пюре	150/180
	16	Салат из св. помидоров и огурцов	50
	240	Компот из свежих фруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	235	Кисель из свежих ягод	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	1	Винегрет	150/200
	260	Чай с лимоном	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 3.	Вес блюда
завтрак	90	Каша манная	150/200
	253	Кофе с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	41	Суп «Уха» со сметаной	150/200
	174/228	Тефтели в томатном соусе	70/80
	200	Капуста тушённая	130/150
	239	Компот из изюма	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	255	Молоко кипячёное	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	116/227	Вареники ленивые в сметанном соусе	120/150
	263	Чай с сахаром	150/200

Десятидневное менюготавливаемых блюд (летний - осенний сезон). Неделя 2. День 4, 5.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 4.	Вес блюда
завтрак	99	Каша ячневая	150/200
	248	Какао	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	36	Суп картофельный с бобовыми	150/200
	181/228	Курица (голень) в томатном соусе	60/80
	191	Рис	80/100
	16	Салат из св. помидоров и кукурузы	50
	240	Компот из свежих фруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	256	Напиток из шиповника	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	150	Голубцы ленивые	150/200
	263	Чай с сахаром	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 5.	Вес блюда
завтрак	84	Каша «Дружба»	150/200
	261	Чай с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	29	Бульон из курицы с яйцом	150/200
	162	Печень говяжья по-строгшановски в смет. соусе	60/80
	186	Каша гречневая рассыпчатая	80/100
	15	Салат из свежих огурцов	50
	239	Компот из сухофруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	251	Кефир	150/200
		Вафли	20/30
ужин	117	Бабка творожная со сгущенным молоком	120/150
	260	Чай с лимоном	150/200

Десятидневное меню приготовляемых блюд (зимне - весенний сезон). Неделя 1. День 1,2.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 1.	Вес блюда
завтрак	86	Каша гречневая	150/200
	253	Кофе с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	36	Суп картофельный с бобовыми	150/200
	170/228	Рулет из говядины с яйцом с томатным соусом	70/80
	200	Капуста тушённая	150
	239	Компот из изюма	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	255	Молоко кипячёное	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	153	Жаркое по-домашнему с огурцами (Азу)	150/200
	260	Чай с лимоном	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 2.	Вес блюда
завтрак	90	Каша манная	150/200
	248	Какао	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Фрукты	160/180
обед	56	Щи из свежей капусты со сметаной	150/200
	134/220	Котлеты рыбные с мол. соусом	60/70
	206	Картофельное пюре	150/180
	19	Салат из свеклы и моркови	50
	241	Компот из сухофруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	257	Напиток из свежих ягод	150/200
	289	Пирог с джемом	40/60
ужин	1	Салат овощной	150/200
	260	Фиточай	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Десятидневное менюготавливаемых блюд (зимне - весенний сезон). Неделя 1. День 3, 4.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 3.	Вес блюда
завтрак	84	Каша «Дружба»	150/200
	261	Чай с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	29	Бульон из курицы с яйцом	150/200
	183/220	Суфле куриное с молочным соусом	65/75
	194	Макароны	100/120
	21	Салат из свеклы с консерв. огурцами	50
	241	Компот из сухофруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	255	Молоко кипячёное	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	116/227	Вареники ленивые в сметанном соусе	120/150
	256	Напиток из шиповника	150/200

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 4.	Вес блюда
завтрак	44	Молочная вермишель	150/200
	253	Кофе с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Фрукты	160/180
обед	42	Суп «Полтавский» со сметаной	150/200
	161/228	Котлеты мясные с том. соусом	60/70
	191	Рис	80/100
	11	Салат из соленого огурца с зеленым горошком	60
	257	Напиток из свежих ягод	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	256	Напиток из шиповника	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	77	Рагу из овощей	150/200
	260	Чай с лимоном	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Десятидневное менюготавливаемых блюд (зимне - весенний сезон). Неделя 1. День 5. Неделя 2. День 1.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 1. День 5.	Вес блюда
завтрак	99	Каша ячневая	150/200
	248	Какао	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	37	Суп картофельный с клёцками	150/200
	162	Печень говяжья по – строгановски в смет. соусе	60/80
	186	Каша гречневая рассыпчатая	80/100
	22	Салат из свеклы с чесноком	50
	239	Компот из изюма	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	251	Кефир	150/200
		Вафли	20/30
ужин	128	Пудинг творожный со сгущенным молоком	120/150
	260	Фиточай	150/200

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 1.	Вес блюда
завтрак	93	Каша геркулесовая	150/200
	253	Кофе с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	33	Суп «Ленинградский»	150/200
	178/220	Котлета куриная в молочном соусе	60/70
	194	Макароны	100/120
		Икра кабачковая	40/50
	240	Компот из свежих фруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	255	Молоко кипячёное	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	1	Винегрет	150/200
	256	Напиток из шиповника	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Десятидневное менюготавливаемых блюд (зимне - весенний сезон). Неделя 2. День 2, 3.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 2.	Вес блюда
завтрак	85	Каша пшённая с яблоками	150/200
	248	Какао с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Фрукты	160/180
обед	34	Свекольник	150/200
	138/220	Рыбное суфле в молочном соусе	60/70
	186	Каша гречневая рассыпчатая	80/100
	4	Салат из белокочанной капусты с морковью	50
	240	Компот из свежих фруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	235	Кисель из свежих ягод	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	150	Голубцы ленивые	150/200
	260	Чай с лимоном	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 3.	Вес блюда
завтрак	98	Каша рисовая	150/200
	261	Чай с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	41	Суп «Уха» со сметаной	150/200
	161/228	Шницель с томатным соусом	60/70
	200	Капуста тушённая	130/150
	257	Напиток из свежих ягод	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	255	Молоко кипячёное	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	129	Сырники из творога с джемом	100/120
	256	Напиток из шиповника	150/200

Десятидневное менюготавливаемых блюд (зимне - весенний сезон). Неделя 2. День 4, 5.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 4.	Вес блюда
завтрак	91	Каша пшеничная	150/200
	248	Какао	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
2-ой завтрак		Фрукты	160/180
обед	42	Суп «Крестьянский» со сметаной	150/200
	177/226	Кнели из кур с рисом в смет. соусе	90/100
	11	Салат из моркови и кукурузы	50
	239	Компот из изюма	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	232	Кисель из свежих ягод	150/200
		Кондитерские изделия	20/30
ужин	206	Картофельное пюре	100/150
		Сельдь солёная	50
	260	Фиточай	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда Неделя 2. День 5.	Вес блюда
завтрак	110	Омлет	80/100
	253	Кофе с молоком	150/200
		Батон	30
		Сливочное масло	3/5
		Сыр	10
2-ой завтрак		Сок	100/150
обед	27	Борщ со сметаной	150/200
	161/227	Котлеты из печени в смет. соусе	50/60
	206	Пюре картофельное	150
	108	Пюре гороховое	100
		Огурец консервированный	30/50
	242	Компот из свежих фруктов	150/200
		Хлеб пшеничный	20/30
		Хлеб ржаной	20/30
полдник	251	Кефир	150/200
		Вафли	20/30
ужин	117	Бабка творожная со сгущенным молоком	120/150
	260	Чай с лимоном	150/200