

12-18 лет

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
ЗАВТРАК									
Каша геркулес молочная	250/77	Суп молочныйс лапшой	250	Лапша запечен с сыром	250\5	Морковь тушенная с рисом	250	Кулеш пшенный молочный	300/9/9
Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	Масло сливочное	20	Масло сливочное	20	Масло сливочное	10
Сыр	11	Сыр	11	Яйцо вареное	40	Яйцо вареное	40	Яйцо вареное	40
Яйцо вареное	40	Яйцо вареное	40	Хлеб	125	Сыр	11	Сыр	11
Хлеб	125	Хлеб	125	Кофе с молоком	150	Хлеб	125	Хлеб	125
Какао с сахаром, молоком	200	Чай с сахаром	200\15			Какао с молоком	200	Чай с сахаром	200
10-00									
Апельсин	300	Яблоко	300	Банан	300	Апельсин	300	Яблоко	300
Сок	200	Сок	200	Сок	200	Сок	200	Сок	200
ОБЕД									
Борщ с мясом	300\15	Рассольник с мясом	300\15	Суп гороховый с мясом	300\15	Суп с лапшой на к\б	300	Суп Крестьянский с мясом	300\15
со сметаной	11	со сметаной	11					со сметаной	10
Котлета мясная	100	Рыба тушенная с овощами	100\75	Голубцы с мясом	300	Суфле куриное	100	Азу по-татарски с мясом	200\80
Картофельное пюре	200	Рис отварной	200	Соус сметанный	50	Картофельное пюре	200	Зеленый горошек	100
Огурец свежий	120	Помидор свежий	120	Хлеб	150	Маринад морковный	100	Хлеб	150
Хлеб	150	Хлеб	150	Напиток из кураги	200	Хлеб	150	Кисель	200
Компот из с/ф	200	Кисель	200			Чай с сахаром	200		
ПОЛДНИК									
Молоко	200	Молоко	200	Молоко	200	Молоко	200	Кофе с молоком	150
Сырники с джемом	200\20	Булочка "Валюшка"	100	Пончики с джемом	100\30	Запеканка творожная с джемом	200\30	Корж Молочный	90
УЖИН									
Сосиска отварная	100	Гуляш	75\75	Шницель рыбный	100	Тефтели мясные	100	Плов с курицей	250\75
Капуста тушенная	200	Картофель отварной	200	Сложный гарнир	150	Овощное рагу	250	Помидор свежий	100
Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	с тушеной свеклой	150	Хлеб	112	Хлеб	125
Хлеб	125	Хлеб	125	Хлеб	125	Чай с молоком	200	Какао с молоком	200
Чай с сахаром, молоком	200\15	Кукуруза консерв	100						
		Напиток из шиповника	200	Чай с медом	200\20				
21-00									
Йогурт	200	Ряженка	200	Кефир	200	Йогурт	200	Ряженка	200
Печенье	30	Вафли	30	Пряник	30	Печенье	30	Вафли	30

6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
ЗАВТРАК									
Каша манная молочная	300\9\9	Запеканка творожная с дж	150\30	Кулеш рисовый молочный	300\9\9	Суп молочный с лапшой	300	Вареники ленивые с маслом	160\5
Масло сливочное	20	Масло сливочное	7	Масло сливочное	20	Масло сливочное	20	Масло сливочное	20
Сыр	11	Яйцо вареное	40	Сыр	11	Сыр	11	Сыр	14
Хлеб	125	Хлеб	125	Хлеб	125	Яйцо вареное	40	Хлеб	90
Чай с медом	200\20	Какао с молоком	200	Кофе с молоком	200	Хлеб	125	Чай с молоком	200
						Чай с сахаром	200		
10-00									
Банан	300	Апельсин	300	Яблоко	300	Банан	300	Яблоко	300
Сок	200	Сок	200	Сок	200	Сок	200	Сок	200
ОБЕД									
Щи с мясом	300\15	Свекольник с мясом	300\15	Суп овощной с мясом	300\15	Суп картофельный с мясом	300\15	Суп картофельный с рыбой	300\15
со сметаной	10	со сметаной	10	со сметаной	15	со сметаной	10		
Печень тушеная с соусом	100\50	Рыба запеченная с яйцом	100\42	Рагу с курицей	200\75	Рыба жареная	125	Колбаса жареная	100
Гречка отварная	200	Картофельное пюре	200	Зеленый горошек	100	Картофель отварной	200	Сложный горнир	150
Огурец свежий	100	Помидор свежий	100	Хлеб	150	Маринад морковный	100		100
Хлеб	150	Хлеб	150	Кисель	200	Хлеб	150	Хлеб	150
Компот из кураги	200	Чай с молоком	200			Какао с молоком	200	Кисель	200
ПОЛДНИК									
Чай	200	Чай с сахаром	200	Компот из с\фр	200	Чай с молоком	200	Чай с сахаром	200
Пирожок с картофелем	100	Ватрушка с повидлом	100	Сырники с изюмом	160\30	Колбаса в тесте	100	Хлеб, джем	70\40
				с джемом					
УЖИН									
Рыба припущенная	100	Жаркое с мясом	250\75	Тефтели рыбные	125	Запеканка картоф с мясом	250	Рыба запечен с картофелем	300
Картофель запечен с яйц	200	Морковь с зелен горошком	100	Капуста тушеная	250	Огурец свежий	100	Капуста морская	100
Морковь тушеная с яблок	50	Масло сливочное	7	Хлеб	108	Хлеб	125	Хлеб	90
Хлеб	125	Хлеб	125	Чай с сахаром	200	Напиток из кураги	200	Чай с медом	200\20
Кисель	200	Напиток из изюма	200						
21-00									
Кефир	200	Йогурт	200	Ряженка	200	Кефир	200	Йогурт	200
Пряник	30	Печенье	30	Вафли	30	Пряник	30	Печенье	30

