

ДЕНЬ 1

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
107	Каша манная молочная жидкая	250	30-00	222,02
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшенич.	70	5-00	121
313	Булочка «Дорожная»	60	35-00	345
	Обед			
26	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	35-00	76,08
63	Щи из свеж. капусты с картофелем	250	30-00	107,83
ГП	Сметана	10	3-00	16,2
192	Печень по-строгановски	110	50-00	370,15
219	Гречка рассыпчатая	180	30-00	316,5
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 2

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
291	Плов из птицы	250	60-00	362,75
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
22	Салат из свежих помидор	100	35-00	68,36
	Обед			
232	Икра кабачковая	100	15-00	47,19
43	Свекольник	250	30-00	104,16
ГП	Сметана	10	3-00	16,2
209	Котлета	100	45-00	186,09
227	Макаронные изделия отварные	180	30-00	253,32
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
283	Компот из смеси сухофруктов	200	15-00	113,79

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 3

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
56	Суп лапша домашняя	250	30-00	195,1
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшенич.	70	5-00	121
139	Яйца вареные	60	15-00	94,2
	Обед			
26	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	35-00	76,08
45	Суп картофельный с бобовыми	250	30-00	98,79
210	Курица в соусе с томат	120	50-00	534,29
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
219	Гречка рассыпчатая	180	30-00	316,5
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
274	Кисель	200	15-00	116,19

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 4

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
102	Каша молочная жидкая «Дружба»	250	30-00	241,11
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	72,6
	Обед			
11	Салат из моркови и яблок	100	35-00	128,12
37	Борщ с капустой и картофелем	250	30-00	111,11
ГП	Сметана	10	3-00	16,2
202	Тефтели	100	45-00	196,14
224	Рис отварной	180	30-00	270,2
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
293	Сок фруктовый	200	20-00	5,8

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 5

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
Завтрак				
104	Каша гречневая на молоке	250	30-00	276,2
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	72,6
Обед				
232	Икра кабачковая	100	15-00	47,19
72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	30-00	184,48
209	Шницель	100	45-00	186,09
227	Макаронные изделия отварные	180	30-00	253,32
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
264	Соус сметанный натуральный	20	3-00	50,7
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
283	Компот из смеси сухофруктов	200	15-00	113,79

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 6

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
107	Каша манная молочная жидкая	250	30-00	222,02
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшеничный	50	5-00	121
381	Бутерброд с повидлом	60	10-00	176,3
	Обед			
16	Салат из свежих огурцов	100	35-00	103,6
63	Щи из свеж. капусты с картофелем	250	30-00	107,83
ГП	Сметана	10	3-00	16,2
209	Биточки	100	45-00	186,09
219	Гречка рассыпчатая	180	30-00	316,5
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64

При приготовлении пицци используется йодированная соль.

ДЕНЬ 7

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
112	Каша пшенная молочная жидкая	250	30-00	227,16
270	Какао на молоке	200	15-00	195,71
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
	Обед			
11	Салат из моркови и яблок	100	35-00	128,12
48	Суп картофельный с фрикадельками	250	30-00	175,1
210	Курица в соусе с томат	120	50-00	534,29
235	Капуста тушеная	180	45-00	87,16
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 8

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
56	Суп лапша домашняя	250	30-00	87,5
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
303	Блинчики с фаршем	100	50-00	202,9
	Обед			
26	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	35-00	76,08
51	Суп крестьянский с крупой	250	30-00	170,98
ГП	Сметана	10	3-00	16,2
171	Рыба, тушенная в сметанном соусе	140	50-00	205,32
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
282	Компот из свежих плодов	200	15-00	60,64

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 9

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
227	Макаронные изделия отварные	180	30-00	253,32
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
217	Фрикадельки из кур	100	45-00	206,23
232	Икра кабачковая	100	10-00	47,19
	Обед			
5	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	35-00	121,74
72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	30-00	184,48
192	Печень по-строгановски	110	50-00	370,15
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,54
ГП	Хлеб пшеничный	50	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	30	5-00	77,7
293	Сок фруктовый	200	20-00	36

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 10

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
Завтрак				
102	Каша молочная жидкая «Дружба»	250	30-00	241,11
296	Чай с молоком	200	5-00	105,79
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
Обед				
229	Горошек зеленый конс.	100	10-00	77,88
42	Рассольник «Ленинградский»	250	30-00	149,60
ГП	Сметана	10	3-00	16,2
209	Биточки	100	45-00	186,09
219	Гречка рассыпчатая	180	30-00	316,5
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,54
ГП	Хлеб пшеничный	50	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	30	5-00	77,7
274	Кисель	200	15-00	116,19

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 11

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
227	Макаронные изделия отварные	180	30-00	253,32
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
209	Котлеты	100	45-00	186,09
264	Соус сметанный натуральный	20	3-00	50,7
	Обед			
2	Салат витаминный	100	35-00	85,17
37	Борщ с капустой и картофелем	250	30-00	111,11
ГП	Сметана	10	3-00	16,2
171	Рыба, тушенная в сметанном соусе	140	50-00	205,32
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
293	Сок фруктовый	200	20-00	36

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 12

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
56	Суп лапша домашняя	250	30-00	195,1
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшенич.	70	5-00	121
139	Яйца вареные	60	15-00	94,2
	Обед			
16	Салат из свежих огурцов	100	35-00	103,6
45	Суп картофельный с бобовыми	250	30-00	98,79
209	Шницель	100	45-00	186,09
224	Рис отварной	180	30-00	270,2
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
293	Сок фруктовый	200	20-00	36

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 13

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
227	Макаронные изделия отварные	180	30-00	253,32
300	Чай с сахаром	200	5-00	48,64
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
209	Котлеты	100	45-00	186,09
264	Соус сметанный натуральный	20	3-00	50,7
	Обед			
4	Салат из белокочанной капусты с морковью	1000	35-00	42
42	Рассольник «Ленинградский»	250	30-00	149,60
ГП	Сметана	10	3-00	16,2
171	Рыба, тушенная в сметанном соусе	140	50-00	205,32
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
282	Компот из свежих плодов	200	15-00	60,64

При приготовлении пищи используется йодированная соль.

ДЕНЬ 14

№ рец.	Наименование блюда	Масса,г	Цена	Энерг цен-ь. (ккал)
	Завтрак			
114	Каша рисовая молочная жидкая	250	30-00	210,13
294	Чай с лимоном	200	15-00	61,62
ГП	Хлеб	70	5-00	121
381	Бутерброд с повидлом	60	5-00	176,3
	Обед			
22	Салат из свежих помидор	100	35-00	68,36
48	Суп картофельный с фрикадельками	250	30-00	175,1
210	Курица в соусе с томат	120	50-00	534,29
219	Гречка рассыпчатая	180	30-00	316,5
241	Картофельное пюре	180	30-00	192,55
ГП	Хлеб пшеничный	70	5-00	121
ГП	Хлеб ржаной	50	5-00	77,7
283	Компот из смеси сухофруктов	200	15-00	113,79

При приготовлении пищи используется йодированная соль.