

**Перечень блюд 10-дневного цикличного меню САД 2 кв. 2023 г. (10,5-часовой режим)**

**1 ДЕНЬ**

<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Яйцо вареное 40 г	Рассольник ленинградский 200 гр	Молоко кипяченое 180 г
Икра кабачковая (консерв) 60 г	Котлета "Пермская" 80 г	Печенье сдобное 40г
Хлеб ржаной 40 г	Пюре картофельное 150 г или Картофель отварной с маслом 150/5 г	
Масло сливочное 5 г	Хлеб пшеничный 60 г	
Чай с сахаром и лимоном 200/10/7 г	Компот из сухофруктов 180 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Сок фруктовый в ассортименте 180 г		

**2 ДЕНЬ**

<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Каша вязкая рисовая молочная 200/5 г	Суп картофельный с лапшой домашней 200 г	Чай с молоком 200 гр
Сыр российский 15 г	Биточки из птицы 80 г	Булочка "Творожная" 50 г
Хлеб пшеничный 40 г	Рагу из овощей 150/5 г	
Масло сливочное 5 г	Хлеб пшеничный 30 г	
Чай с сахаром 200/10 г	Хлеб ржаной 30 г	
	Кисель из яблок свежих 180 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Яблоки свежие 100 г		

**3 ДЕНЬ**

<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Запеканка из творога со сгущенным молоком 120/10 г	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 200/5 г	Напиток из плодов шиповника 180 гр
Хлеб ржаной 40 г	Котлеты из говядины 80 г	Булочка "Умница" йод. 50 г
Масло сливочное 5 г	Макароны отварные с маслом 130 г	
Какао с молоком 180 г	Хлеб пшеничный 60 г	
	Компот из свежих яблок 180 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Напиток овощной 180 г		

**4 ДЕНЬ**

<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Каша манная молочная жидкая 200/5г	Суп картофельный с бобовыми 200 г	Молоко кипяченое 180 г
Масло сливочное 5 г	Тефтели рыбные с соусом 80/50 г	Пряники в ассортименте 40 г
Хлеб пшеничный 40 г	Рис припущенный 150 г	
Чай с сахаром и лимоном 200/10/7 г	Хлеб пшеничный 60 г	
	Напиток из плодов шиповника 180 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Апельсины свежие 90 г		

**5 ДЕНЬ**

<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Сырники из творога со сгущенным молоком 100/10 г	Суп картофельный с вермишелью 200 г	Кефир 180 г
Масло сливочное 5 г	Запеканка картофельная с мясом 200/5 г	Крендель сахарный 50 г
Хлеб ржаной 40 г	Хлеб пшеничный 30 г	
Чай с сахаром 200/10 г	Хлеб ржаной 30 г	
	Компот из сухофруктов 180 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		
Яблоки свежие 100 г		

**6 ДЕНЬ**

<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Омлет натуральный с маслом сливочным 106/5 г	Щи из свежей капусты 200/5 г	Чай с молоком 200 гр
	Тефтели из говядины с соусом 80/50 г	Печенье сдобное 40г
Масло сливочное 5 г	Каша гречневая рассыпчатая 150/5 г	
Хлеб пшеничный 40 г	Хлеб пшеничный 60 г	
Чай с лимоном 200/10/7 г	Кисель из яблок свежих 180 г	

2 -ой завтрак		
Сок фруктовый в ассортименте 180 г		
<b>7 ДЕНЬ</b>		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Суп молочный с макаронными изделиями 200/3 г	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5 г	Молоко кипяченое 180 г
Масло сливочное 5 г	Зразы рыбные рубленые с яйцом 80 г	Сдоба обыкновенная 50 г
Хлеб ржаной 40 г	Пюре картофельное 150 г или Картофель отварной с маслом 150/5 г	
Какао с молоком сгущенным 180 г	Хлеб пшеничный 30 г	
	Хлеб ржаной 30 г	
2 -ой завтрак	Компот из сухофруктов 180г	
Яблоки свежие 75 г		
<b>8 ДЕНЬ</b>		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Вареники ленивые отварные с маслом 120/5	Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/28 г	Кефир 180 г
Хлеб пшеничный 40 г	Плов из птицы 80/160 г	Пирожок печеный с повидлом 50 г
Масло сливочное 5 г	Хлеб пшеничный 50 г	
Чай с сахаром 200/10 г	Компот из свежих яблок 180 г	
2 -ой завтрак		
Напиток овощной 180 г		
<b>9 ДЕНЬ</b>		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Каша пшеничная жидкая молочная с маслом 200/5 г	Суп картофельный с клецками 200 г	Ряженка 180 г
Хлеб ржаной 40 г	Котлеты из говядины 80 гр	Коржик молочный 50 г
Сыр российский 15 г	Капуста тушеная 150 г	
Кофейный напиток с молоком 180 г	Хлеб пшеничный 30 г	
	Хлеб ржаной 30 г	
2 -ой завтрак	Напиток из плодов шиповника 180 г	
Бананы свежие 75 г		
<b>10 ДЕНЬ</b>		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Полдник</i>
Оладьи с повидлом 120/10 г	Суп картофельный с крупой 200 г	Кефир 180 г
Хлеб пшеничный 40 г	Котлеты рыбные 80 г	Пряники в ассортименте 40 г
Масло сливочное 5 г	Пюре картофельное 150 г или Картофель отварной с маслом 150/5 г	
Чай с лимоном 200/10/7 г	Овощи соленые (огурец) 30 г	
	Хлеб пшеничный 50 г	
2 -ой завтрак	Компот из сухофруктов 180 г	
Яблоки свежие 75 г		