МЕНЮ 1 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	От 12 лет	От 7 лет	От 3 лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша ячневая жидкая	300	200	200	
Кофейный напиток	200	200	200	
«Ромашковая» сдобная булка, масло	70/16	50/10	30/9	
Сыр	12	12	10	
II завтрак				
Фрукты свежие (2-смена)	260	260	250	
ОБЕД				
Суп с манной крупой и гренками	350/20	250/20	200/10	
Курица в соусе с томатом	170	147	85	
Картофельное пюре	300	240	200	
Салат из св. капусты или квашенной	160	130	110	
Хлеб	100	70	30	
Компот из с/фруктов	200	200	200	
Полдник				
Сок фруктовый, кондитерские изделия	200/50	200/50	200/40	
Булка сдобная «Ромашковая»	40	40	20	
Фрукты свежие	260	260	250	
УЖИН				
Макароны, запеченные с яйцом	155	153	95	
Винегрет овощной	207	180	146	
Хлеб	50	30	20	
«Ромашковая» сдобная булка, масло	70/16	60/13	30/12	
Чай с сахаром	200	200	200	
УЖИН II				
Кефир	150	170	200	
«Ромашковая» сдобная булка	60	40	16	

МЕНЮ 2 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	От 12 лет	От 7 лет	От 3 лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша гречневая вязкая	300	200	200	
Какао с молоком	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	80/11	70/10	30/9	
Сыр	12	12	10	
II ЗАВТРАК				
Фрукты свежие (2- смена)	260	260	240	
ОБЕД				
Борщ со сметаной	350/10	250/10	200/10	
Шницель(котлеты, биточки)	151	135	118	
Соус томатный	30	30	30	
Каша пшенная рассыпчатая	172	159	117	
Салат из моркови и яблок	157	157	110	
Компот из свежих плодов	200	200	200	
Хлеб ржаной	100	70	30	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый	200	200	200	
Булочка домашняя	100	95	50	
Фрукты свежие	260	260	240	
УЖИН				
Творожный пудинг со сметаной	191/12	167/10	143/10	
Салат картофельный с яйцом, з/горошком и солён. огурцом	240	230	190	
Сосиска варёная, хлеб ржаной	125/50	125/30	50/20	
Хлеб пшеничный, масло	70/11	65/9	30/9	
Чай с сахаром	200	200	200	
УЖИН II				
Молоко	140	170	200	
Хлеб пшеничный	50	40	15	

МЕНЮ 3 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Суп с макаронными изделиями	300	200	200	
Кофейный напиток	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	90/12	70/11	30/9	
Сыр	12	12	10	
II ЗАВТРАК				
Сок фруктовый (2-смена)	200	200	200	
ОБЕД				
Суп картофельный с бобовыми	350	250	200	
Тефтели мясные	180	180	167	
Капуста тушеная	103	85	60	
Помидор солёный	100	100	80	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из смеси с/ф	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Яблоки, запечённые творогом	278	278	225	
Сок фруктовый	200	200	200	
УЖИН				
Котлета рыбная	182	160	100	
Картофель в молоке	175	140	130	
Икра овощная (промышлен.)	100	100	60	
Хлеб пшеничный, масло	90/13	70/10	30/9	
Чай с сахаром	200	200	200	
Хлеб ржаной	50	30	20	
УЖИН II				
Кефир	140	170	200	
Гренки	50	40	20	

МЕНЮ 4 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Омлет натуральный	115	115	115	
Какао с молоком	200	200	200	
Хлеб пшеничный , масло	100/12	80/11	50/10	
Сыр	12	12	10	
II ЗАВТРАК				
Фрукты свежие (2-смена)	300	300	260	
ОБЕД				
Рассольник ленинградский	350	250	200	
Пудинг из говядины	110	104	75	
Каша гречневая рассыпчатая	165	150	76	
Икра морковная	140	114	92	
Сок фруктовый	100	100	100	
Хлеб ржаной	100	70	30	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый	100	100	100	
Кондитерские изделия	50	50	40	
Фрукты свежие	300	300	260	
УЖИН				
Оладьи с яблоками	100	87	66	
сметана	9	5	5	
Рагу из овощей	225	165	125	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Хлеб пшеничный, масло	90/12	70/11	20/10	
Чай с сахаром	200	200	200	
УЖИН II				
Молоко	140	170	200	
Хлеб пшеничный	60	50	20	

МЕНЮ 5 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. пит
ЗАВТРАК				
Каша из овсяных хлопьев	300	200	200	
Кофейный напиток	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	100/14	80/13	40/9	
Сыр	12	12	8	
ЗАВТРАК II				
Фрукты свежие (2-смена)	257	257	227	
ОБЕД				
Свекольник со сметаной	350/5	250	200	
Гуляш из говядины	143	143	100	
Рис отварной	177	159	102	
Салат из солёных огурцов с р/луком	157	136	100	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из св. яблок с лимоном	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый,	200	200	200	
Кондитерские изделия	50	50	40	
Фрукты свежие	257	257	227	
УЖИН				
Сырники из творога со сметаной	204/12	173/10	135	
Запеканка овощная	256	206	143	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Хлеб пшеничный , масло	100/14	80/14	40/10	
Чай с сахаром	200	200	200	
УЖИН II				
Кефир	140	170	200	
Хлеб пшеничный	50	30	10	

МЕНЮ 6 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша манная молочная жидкая	300	200	200	
Какао с молоком	200	200	200	
Хлеб пшеничный , масло	100/14	80/11	30/8	
Сыр	12	12	10	
ЗАВТРАК II				
Сок фруктовый (2-смена)	200	200	200	
ОБЕД				
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	350	250	200	
Печень, тушенная в соусе	144	108	90	
Макароны отварные	172	157	109	
Соус сметанный	25	25	30	
Салат из свеклы с чесноком	198	163	106	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из смеси с/ф	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый,	200	200	200	
Кондитерские изделия	50	50	40	
Яблоки печеные	265	265	227	
УЖИН				
Котлеты капустные	158	140	120	
Суфле картофельное	245	180	165	
Соус молочный	35	35	35	
Чай с сахаром/чай с молоком	200	200	-/200	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Хлеб пшеничный, масло	100/13	80/11	35/8	
УЖИН II				
Молоко	140	170	180	
Хлеб пшеничный	40	35	20	

МЕНЮ 7 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Плов из риса с изюмом	175	142	107	
Кофейный напиток	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	100/12	80/12	30/10	
Сыр	12	12	10	
ЗАВТРАК II				
Фрукты свежие (2-смена)	320	320	250	
ОБЕД				
Суп с пшенной крупой	350	250	200	
Говядина тушенная с капустой	193	168	130	
Салат из моркови и яблок	157	157	110	
Сельдь-филе с картофелем и маслом	133/103/5	116/80/5	60/45/5	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из свежих ягод или плодов	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый,	200	200	200	
Кондитерские изделия	40	40	35	
Фрукты свежие	320	320	250	
УЖИН				
Вареники ленивые со сметаной	224/10	195/10	158/10	
Салат картофельный с солёными огурцами и зелёным горошком	240	174	132	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Хлеб пшеничный , масло	100/12	80/12	30/10	
Чай с сахаром	200	200	200	
Яйцо отварное	1	1	1	
УЖИН II				
Молоко	140	170	180	
Хлеб пшеничный /повидло (мёд)	50/10	40/10	20/10	

МЕНЮ 8 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша ячневая жидкая	300	200	200	
Какао с молоком	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	70/15	50/15	30/12	
Сыр	12	12	10	
ЗАВТРАК II				
Фрукты свежие (2-смена)	300	300	260	
ОБЕД				
Щи из свежей капусты с картофелем	350	250	200	
Биточки (котлеты) припущенные	115	107	65	
Каша гречневая рассыпчатая с луком	173	155	90	
Помидор солёный	100	100	80	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Кисель из яблок сушёных	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый	200	200	200	
Сосиска в тесте	160	160	80	
Фрукты свежие	300	300	260	
УЖИН				
Рыба, запеченная в сметанном соусе	210	160	90	
Соус сметанный	13	13	13	
Картофель, запеченный из отварного	220	160	150	
Салат из б/к капусты или квашенной	160	132	110	
Чай с сахаром	200	200	200	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Хлеб пшеничный , масло	70/16	50/15	30/12	
УЖИН II				
Кефир	180	170	200	
Хлеб пшеничный	50	40	10	

МЕНЮ 9 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша пшенная молочная жидкая	300	200	200	
Кофейный напиток	200	200	200	
Хлеб пшеничный , масло	100/15	80/14	30/11	
Сыр	12	12	10	
II ЗАВТРАК				
Фрукты свежие (2-смена)	240	240	240	
ОБЕД				
Суп из овощей с фасолью	350	250	200	
Жаркое по - домашнему	330	275	240	
Икра овощная (промышленная)	150	150	80	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из с/фруктов	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый	100	100	100	
Кондитерские изделия	50	50	40	
Желе из сока	160	160	160	
Фрукты свежие	240	240	240	
УЖИН				
Зразы творожные с изюмом (яблоками)и сметаной	210/13	180/8	140/8	
Омлет натуральный	115	115	115	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Чай с сахаром	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	100/15	80/14	30/11	
УЖИН II				
Молоко	150	170	200	
Хлеб пшеничный	50	40	20	

МЕНЮ 10 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша рисовая вязкая	300	200	200	
Какао с молоком	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	80/12	70/10	30/9	
Сыр	12	12	10	
II ЗАВТРАК				
Фрукты свежие (2-смена)	257	257	227	
ОБЕД				
Суп с крупой гречневой	350	250	200	
Биточки (котлеты) припущенные	115	107	65	
Макароны отварные	172	157	109	
Икра овощная	208	127	97	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из яблок с лимоном	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый	200	200	200	
Фрукты свежие	257	257	227	
Ватрушка с творожным фаршем	120	105	70	
УЖИН				
Рулет картофельный с яйцом	263	210	183	
Сельдь-филе, с луком	135/20	116/14	61/10	
Салат из к/зеленого горошка	150	105	77	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Чай с сахаром	200	200	200	
Хлеб пшеничный	80	70	30	
Масло	12	10	9	
УЖИН II				
Кефир	190	170	200	
Гренки	40	30	10	

МЕНЮ 11 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша жидкая гречневая	300	200	200	
Кофейный напиток	200	200	200	
Хлеб пшеничный , масло	120/13	100/11	30/9	
Сыр	12	12	10	
ЗАВТРАК II				
Компот из с/фр. (2-смена)	200	200	200	
Кондитерские изделия	40	40	40	
ОБЕД				
Суп картофельный с рыбой	350	250	200	
Оладьи из печени	165	165	110	
Картофельное пюре	300	240	195	
Соус сметанный	23	23	23	
Салат из б/капусты или квашенной	160	132	110	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Сок фруктовый	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Компот из с/фруктов	200	200	200	
Яблоки печёные	260	260	227	
Кондитерские изделия	50	50	50	
УЖИН				
Запеканкака морковно-творожная	265	233	208	
Соус яблочный	24	24	24	
Перец, фаршированный мясом и рисом в соусе сметано-томатном	220/20	220/20	160/20	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Хлеб пшеничный, масло	80/13	60/10	20/9	
Чай с сахаром	200	200	200	
УЖИН II				
Кефир	140	170	200	
Хлеб пшеничный	50	30	10	
Повидло (мёд)	10	10	10	

МЕНЮ 12 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша из хлопьев овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	300	200	200	
Какао с молоком	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	105/16	80/13	40/10	
ЗАВТРАК II				
Фрукты свежие (2 –смена)	255	255	235	
ОБЕД				
Борщ с капустой и сметаной	350/10	250/10	200/5	
Плов из отварной говядины	285	285	200	
Помидор солёный	110	100	80	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Кисель	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый	200	200	200	
Фрукты свежие	255	255	235	
Блинчики с маслом и сметаной	105/10	105/8	100/8	
УЖИН				
Омлет с сыром	127	127	127	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Винегрет	207	180	146	
Хлеб пшеничный , масло	100/16	80/13	20/10	
Чай с сахаром	200	200	200	
УЖИН II				
Молоко	140	170	200	
Гренки	50	40	20	

МЕНЮ 13 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша пшенная молочная жидкая	300	200	200	
Кофейный напиток	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	100/12	80/12	30/10	
Сыр	12	12	10	
ЗАВТРАК II				
Фрукты свежие (2 –смена)	300	300	240	
ОБЕД				
Суп с клецками	350	250	200	
Птица отварная	180	163	55	
Рагу из овощей	225	165	125	
Салат из свеклы и солёными огурцами	120	120	87	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из свежих яблок	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый,	200	200	200	
Кондитерские изделия	50	50	40	
Фрукты свежие	300	300	240	
УЖИН				
Рыба, тушенная в томате с овощами	250	200	100	
Котлеты картофельные	220	140	100	
Икра овощная (промышл.)	140	100	80	
Хлеб пшеничный , масло	100/13	80/13	30/10	
Чай с сахаром	200	200	200	
Хлеб ржаной	50	30	20	
УЖИН II				
Кефир	140	170	200	
Хлеб пшеничный	50	40	20	

МЕНЮ 14 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша рисовая вязкая	300	200	200	
Какао с молоком	200	200	200	
Хлеб пшеничный , масло	80/16	60/15	30/11	
Сыр	12	12	10	
ЗАВТРАК II				
Сок фруктовый, гренки (2-смена)	200/70	200/60	200/30	
ОБЕД				
Суп картофельный с фрикадельками из птицы	350	250	200	
Сардельки(сосиски) отварные	125	125	50	
Макароны отварные	172	157	109	
Соус томатный	30	30	30	
Огурец солёный	110	100	70	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из смеси с/фруктов	200	200	200	
ПОЛДНИК				
Сок фруктовый, гренки	200/70	200/60	200/30	
Яблоки печёные	260	260	227	
УЖИН				
Оладьи из творога со сметаной	233/12	207/12	180/12	
Салат картофельный с морковью и з/горошком	260	230	160	
Хлеб ржаной	50	30	20	
Хлеб пшеничный , масло	50/16	40/14	20/11	
Чай с сахаром	200	200	200	
УЖИН II				
Кефир	190	170	200	
Хлеб пшеничный	50	40	20	

МЕНЮ 15 день

НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД БЛЮДА			
	от12лет	от7лет	от3лет	Доп. питание
ЗАВТРАК				
Каша манная молочная жидкая	300	200	200	
Кофейный напиток	200	200	200	
Хлеб пшеничный, масло	80/15	70/12	30/10	
Сыр	12	12	10	
ЗАВТРАК II				
Кондитерские изделия	50	50	40	
Сок фруктовый(2-смена)	100	100	100	
ОБЕД				
Рассольник ленинградский со сметаной	350/5	250/5	200/5	
Ленивые голубцы	257	236	185	
Соус томатный	30	30	30	
Салат из конс./кукурузы	140	116	78	
Хлеб ржаной	100	70	30	
Компот из свежих яблок	200	200	200	
Фрукты свежие	300	300	260	
ПОЛДНИК				
Желе из сока фруктового	160	160	160	
Кондитерские изделия	50	50	40	
Сок фруктовый	100	100	100	
УЖИН				
Тефтели рыбные	275	197	118	
Соус белый	30	30	30	
Картофель, запеченный из отварного	230	180	150	
Икра свекольная, хлеб ржаной	143/50	100/30	97/20	
Чай с сахаром	200	200	200	
Хлеб пшеничный , масло,	80/15	70/12	30/10	
УЖИН II				
Молоко	100	120	150	
Гренки	70	40	20	