|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **1 день** | **2 день** | **3 день** | **4 день** | **5 день** |
| **Завтрак****Каша манная молочная жидкая** **Чай с молоком****Хлеб пшеничный****Масло сливочное**  | ***Завтрак*****Омлет натуральный****Хлеб пшеничный** **Чай с лимоном** | ***Завтрак*****Каша «Боярская»** **Сыр порционный** **Какао напиток с молоком****Хлеб пшеничный** **Масло сливочное**  | ***Завтрак*****Пудинг творожный с изюмом****Молоко сгущенное****Чай с молоком****Хлеб пшеничный** | ***Завтрак*****Суп молочный с макаронными изделиями****Хлеб пшеничный****Масло сливочное** **Сыр порционный** **Кофейный напиток с молоком** |
| ***2 завтрак******Сок*** | ***2 завтрак******Сок*** | ***2 завтрак******Сок*** | ***2 завтрак******Сок*** | ***2 завтрак******Сок*** |
| ***Обед*****Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком****Борщ с капустой и картофелем на м/б** **Мясо тушеное с соусом** **Макаронные изделия****Компот из сухофруктов****Хлеб ржано-пшеничный** | ***Обед*****Огурец свежий порционный** **Суп «Сахалинский» со сметаной****Кнели мясные****Соус томатный****Картофельное пюре Компот из изюма****Хлеб ржано-пшеничный**  | ***Обед*****Салат из свеклы с изюмом (черносливом)****Суп-пюре из картофеля с гренками на к/б****Курица в соусе с томатом Гречка рассыпчатая****Кисель из концентратов****Хлеб ржано-пшеничный** | ***Обед*****Винегрет овощной****Суп картофельный с клецками на м/б****Рулет мясной паровой****Соус белый основной****Картофель отварной****Компот из сухофруктов****Хлеб ржано-пшеничный** | ***Обед*****Салат из белокочанной и морской капусты****Рассольник «Ленинградский» с курицей****Котлета мясная** **Рис припущенный** **Соус томатный****Компот из изюма****Хлеб ржано-пшеничный** |
| ***Полдник*****Булочка пермская****Кефир** | ***Полдник*****Печенье сдобное Йогурт**  | ***Полдник*****Коржик молочный** **Молоко**  | ***Полдник*****Булочка «Российская»****Бифивит**  | ***Полдник*** **Коржик молочный****Йогурт** |
| **Ужин** **Котлета рыбная с соусом** **Картофель отварной** **Соленый порционный огурец****Чай с сахаром****Хлеб пшеничный** | **Ужин** **Рагу из овощей** **Кисель из концентрата плодового****Хлеб пшеничный**  | **Ужин** **Рожки с овощами****Напиток из шиповника** **Хлеб пшеничный** | **Ужин** **Мясо, тушеное** **с капустой** **Кисель из концентрата плодового** **Хлеб пшеничный** | **Ужин** **Суп картофельный с мясом и макаронными изделиями****Конфета желейная** **Чай с сахаром** **Хлеб пшеничный** |
| **6 день** | **7 день** | **8 день** | **9 день** | **10 день** |
| ***Завтрак*** **Каша рисовая молочная****Сыр порционный****Хлеб пшеничный****Масло сливочное** **Какао напиток с молоком** | ***Завтрак*****Омлет с зеленым горошком****Хлеб пшеничный****Чай с лимоном** | ***Завтрак*****Каша манная молочная жидкая****Сыр порционный****Хлеб пшеничный****Кофейный напиток с молоком** | ***Завтрак*****Пудинг из творога с рисом****Хлеб пшеничный****Сыр порционный****Чай с молоком**  | ***Завтрак*** **Каша овсяная из геркулеса жидкая****Хлеб пшеничный****Масло сливочное****Чай с сахаром** |
| ***2 завтрак******Сок*** | ***2 завтрак******Сок*** | ***2 завтрак******Сок*** | ***2 завтрак******Сок*** | ***2 завтрак******Сок*** |
| ***Обед*****Огурец свежий порционный****Свекольник на м/б****Котлета рыбная «Любительская» Соус томатный** **Макаронные изделия****Кисель**  **Хлеб ржано-пшеничный**  | ***Обед*****Салат из моркови с зеленым горошком****Суп картофельный с мясными фрикадельками****Тефтели мясные паровые****Соус томатный****Гречка рассыпчатая****Компот из сухофруктов****Хлеб ржано-пшеничный** | ***Обед*****Салат из отварной свеклы****Суп-лапша на к/б** **Кнели из курицы с рисом** **Капуста тушеная** **Соус белый основной****Компот из изюма****Хлеб ржано-пшеничный** | ***Обед*****Винегрет овощной****Щи с капустой и картофелем на м/б****Оладьи печеночные****Соус сметанный Картофельное пюре****Компот из сухофруктов****Хлеб ржано-пшеничный** | ***Обед*****Салат из свеклы с соленым огурцом****Суп гороховый с гренками****Гуляш из мяса** **Рис припущенный** **Кисель из концентрата плодового****Хлеб ржано-пшеничный** |
| ***Полдник*****Крендель сахарный****Молоко**  | ***Полдник*****Коржик молочный****Кефир** | ***Полдник*****Булочка «Российская»****Ряженка** | ***Полдник*****Коржик молочный****Йогурт** | ***Полдник*****Булочка «Веснушка» Молоко**  |
| ***Ужин*** **Каша пшенная рассыпчатая** **Печень, тушеная в соусе****Напиток из шиповника****Хлеб пшеничный** | ***Ужин*** **Картофель отварной** **Фрикадельки рыбные с соусом** **Хлеб пшеничный Чай с молоком** | ***Ужин*** **Огурец свежий порционный** **Хлеб пшеничный**  **Плов**  **Кисель из концентрата плодового** | ***Ужин*** **Ленивые голубцы** **Соус белый основной****Чай с сахаром** **Хлеб пшеничный** | ***Ужин*** **Суп любительский с мясом****Компот из изюма** **Хлеб пшеничный** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход |
| До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет |
| До 3 л | С 3 л-7 лет |
| **1 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Каша манная молочная жидкая** | **154** | **205** | **Салат из капусты белокочанной с яблоком и морковью** | **30** | **50** | **Булочка пермская** | **50** | **50** | **Соленый порционный огурец** | **30** | **30** |
| **Чай с молоком** | **180** | **180** | **Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне** | **180** | **180** | **Кефир** | **150** | **200** | **Котлета рыбная с соусом** | **60/30** | **70/30** |
| **Масло сливочное**  | **4** | **5** | **Мясо тушеное с соусом**  | **60/30** | **70/50** |  |  |  | **Картофель отварной** | **110** | **130** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** | **Макаронные изделия**  | **110** | **130** |  |  |  | **Хлеб пшеничный** |  |  |
|  |  |  | **Компот из сухофруктов** | **150** | **180** |  |  |  | **Чай с сахаром**  |  |  |
| **10 ч 30мин СОК** | **200** | **200** | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  | **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** |
|  **2 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Омлет натуральный** | **130** | **160** | **Огурец свежий порционный** | **30** | **50** | **Печенье сдобное** | **50** | **50** | **Рагу из овощей** | **170** | **210** |
| **Чай с лимоном** | **200** | **200** | **Суп «Сахалинский» со сметаной** | **180** | **180** | **Йогурт** | **150** | **200** | **Кисель из концентрата плодового** | **200** | **200** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** | **Кнели из свинины** | **50** | **70** |  |  |  | **Хлеб пшеничный** | **30** | **40** |
|  |  |  | **Соус томатный** | **30** | **30** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Картофельное пюре** | **110** | **130** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Компот из изюма** | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** | **200** | **200** | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход |
| До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет |
| До 3 л | С 3 л-7 лет |
|  **3 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Каша «Боярская»** | **150** | **200** | **Салат из свеклы с изюмом (черносливом)** | **30** | **50** | **Коржик молочный** | **50** | **50** | **Рожки с овощами** | **154** | **205** |
| **Сыр порционный** | **8** | **12** | **Суп- пюре из картофеля с гренками** | **180** | **180** | **Молоко**  | **150** | **200** | **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** |
| **Какао напиток с молоком** | **180** | **180** | **Курица в соусе с томатом** | **60/50** | **70/50** |  |  |  | **Напиток из шиповника** | **180** | **200** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** | **Гречка рассыпчатая** | **110** | **130** |  |  |  |  |  |  |
| **Масло сливочное** | **4** | **5** | **Кисель из концентратов** | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** | **200** | **200** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **4 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Пудинг творожный запеченый** | **120** | **150** | **Винегрет овощной** | **30** | **50** | **Булочка «Российская»** | **50** | **50** | **Мясо, тушеное с капустой**  | **170** | **210** |
| **Чай с молоком** | **150** | **180** | **Суп картофельный с клецками на м/б**  | **165/****15** | **165/****15** | **Бифивит** | **150** | **200** | **Кисель из концентрата плодового**  | **200** | **200** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** | **Рулет мясной паровой**  | **60** | **70** |  |  |  | **Хлеб пшеничный** | **30** | **40** |
| **Молоко сгущенное** | **20** | **30** | **Соус белый основной** | **30** | **30** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Картофель отварной** | **110** | **130** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Компот из сухофруктов** | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Хлеб ржано- пшеничный**  | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** | **200** | **200** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход |
| До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет |
| До 3 л | С 3 л-7 лет |
|  **5 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Суп молочный с макаронными изделиями** | **150** | **200** | **Салат из белокочанной и морской капусты** | **30** | **50** | **Коржик молочный**  | **50** | **50** | **Суп картофельный с мясом и макаронными изделиями** | **180** | **200** |
| **Хлеб пшеничный**  | **20** | **30** | **Рассольник «Ленинградский» с курицей**  | **165/****15** | **165/****15** | **Йогурт** | **150** | **200** | **Конфета желейная**  | **20** | **20** |
| **Масло сливочное**  | **4** | **5** | **Котлета мясная**  | **50** | **70** |  |  |  | **Чай с сахаром**  | **180** | **200** |
| **Сыр порционный**  | **8** | **12** | **Рис припущенный**  | **110** | **130** |  |  |  | **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** |
| **Кофейный напиток с молоком** | **180** | **180** | **Соус томатный** | **30** | **30** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Компот из изюма** | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** | **200** | **200** | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |
|  **6 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Каша рисовая молочная**  | **154** | **205** | **Огурец свежий порционный** | **30** | **50** | **Крендель сахарный**  | **50** | **50** | **Каша пшенная рассыпчатая**  | **100** | **150** |
| **Сыр порционный**  | **8** | **12** | **Свекольник на м/б**  | **165/****15** | **165/****15** | **Молоко** | **150** | **200** | **Печень тушеная в соусе**  | **50/30** | **50/30** |
| **Хлеб пшеничный**  | **20** | **30** | **Котлета рыбная «Любительская»**  | **50** | **70** |  |  |  | **Напиток из шиповника**  | **200** | **200** |
| **Масло сливочное**  | **4** | **5** | **Соус томатный**  | **30** | **30** |  |  |  | **Хлеб пшеничный** | **30** | **40** |
| **Какао напиток с молоком** | **180** | **180** | **Макаронные изделия**  | **110** | **130** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Кисель** | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** | **200** | **200** | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход |
| До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет |
| До 3 л | С 3 л-7 лет |
|  **7 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Омлет с зеленым горошком** | **130** | **150** | **Салат из моркови с горошком** | **30** | **50** | **Коржик молочный**  | **50** | **50** | **Картофель отварной**  | **130** | **150** |
| **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** | **Суп картофельный с мясными фрикадельками**  | **160/****20** | **160/****20** | **Кефир** | **150** | **200** | **Фрикадельки рыбные с соусом**  | **70** | **70** |
| **Чай с лимоном** | **180** | **180** | **Тефтели мясные паровые**  | **50** | **70** |  |  |  | **Хлеб пшеничный**  | **20** | **30** |
|  |  |  | **Соус томатный**  | **30** | **30** |  |  |  | **Чай с молоком** | **200** | **200** |
|  |  |  | **Гречка рассыпчатая** | **110** | **130** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Компот их сухофруктов** | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** |  **200** | **200** | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |
|  **8 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Каша манная молочная жидкая** | **150** | **200** | **Салат из отварной свеклы**  | **30** | **50** | **Булочка «Российская»** | **50** | **50** | **Огурец свежий порционный**  | **30** | **30** |
| **Сыр порционный**  | **8** | **12** | **Суп-лапша на к/б**  | **165/****15** | **165/****15** | **Ряженка** | **180** | **200** | **Хлеб пшеничный**  | **30** | **40** |
| **Хлеб пшеничный**  | **30** | **40** | **Кнели из курицы с рисом**  | **60** | **70** |  |  |  | **Плов**  | **170** | **200** |
| **Кофейный напиток с молоком** | **180** | **180** | **Капуста тушенная**  | **110** | **130** |  |  |  | **Кисель из концентрата плодового** | **180** | **180** |
|  |  |  | **Соус белый основной** | **30** | **30** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Компот из изюма**  | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** |  **200** | **200** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход | Наименование блюд | Выход |
| До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет | До 3 л | С 3 л-7 лет |
| До 3 л | С 3 л-7 лет |
|  **9 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Пудинг из творога с рисом и соусом**  | **130/****30** | **150/****50** | **Винегрет овощной**  | **30** | **50** | **Ватрушка с повидлом**  | **50** | **50** | **Ленивые голубцы**  | **180** | **210** |
| **Хлеб пшеничный**  | **20** | **30** | **Щи с капустой и картофелем на м/б**  | **165/****15** | **165/****15** | **Йогурт** | **150** | **200** | **Соус белый основной**  | **30** | **30** |
| **Сыр порционный**  | **8** | **12** | **Оладьи печеночные**  | **60** | **70** |  |  |  | **Чай с сахаром**  | **200** | **200** |
| **Чай с молоком**  | **180** | **180** | **Соус сметанный**  | **30** | **30** |  |  |  | **Хлеб пшеничный** | **30** | **40** |
|  |  |  | **Картофельное пюре** | **110** | **130** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Компот из сухофруктов** | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** |  **200** | **200** | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |
|  **10 день****Завтрак Обед Полдник Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Каша овсяная из геркулеса жидкая**  | **150** | **200** | **Салат из свеклы с соленым огурцом** | **30** | **50** | **Булочка «Веснушка»**  | **50** | **50** | **Суп любительский с мясом** | **180** | **200** |
| **Хлеб пшеничный**  | **20** | **30** | **Суп гороховый с гренками**  | **180** | **180** | **Молоко** | **150** | **200** | **Хлеб пшеничный** | **20** | **30** |
| **Масло сливочное**  | **4** | **5** | **Гуляш из мяса**  | **60/****30** | **70/****30** |  |  |  | **Компот из изюма**  | **180** | **180** |
| **Чай с сахаром** | **180** | **180** | **Рис припущенный**  | **110** | **150** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Кисель из концентрата плодового** | **150** | **180** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Хлеб ржано- пшеничный** | **40** | **50** |  |  |  |  |  |  |
| **10ч 30мин СОК** | **200** | **200** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |