

« УТВЕРЖДАЮ »

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ



РУБЛЕВА А.Н.



« СОГЛАСОВАНО »

ДИРЕКТОР

ЛЯХ Е.Ю.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ,

ОТНЕСЕННЫХ К ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

МБОУ " САКСКАЯ ГИМНАЗИЯ ИМ.ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.ЗАВГОРОДНЕГО "

(ОБЕД)

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 7-11 лет

1 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 1							
Завтрак	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0.79	1.96	3.38	36.24	45	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2.3	2.2	16.2	94.1	103	2011
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13.7	14.8	3.5	208.8	290	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕННОЙ	150	4.22	5.06	24.18	159.1	303	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0.2	20.2	92	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.8	0.6	24.7	116	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.05	0.26	20.13	94.66	к/к	2011
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	200	0.8	0.8	19.6	94	338	2011
Итого за прием пищи :		1000	28.66	25.88	131.89	894.9		

2 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 2							
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	0.8	3.6	3.9	52.1	55	2011
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ	200	1.4	4	9.9	81.6	82	2011
	ПЛОВ	200	16.94	10.46	44.66	381.7	265	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.4	0	18.2	76.2	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.6	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	к/к	2011
Итого за прием пищи :		730	24.34	18.56	111.56	755.9		

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 3							
Завтрак	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.9	6.1	4.4	76	67	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1.9	4.1	13.2	97.8	96	2011
	ГУЛЯШ	100	14.8	17.1	3	225.2	260	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5.4	4.2	34.3	194.1	203	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.1	111.1	342	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.6	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71	к/к	2011
Итого за прием пищи :		770	27.2	32.2	111.9	844.8		

4 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 4							
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.5	0.1	1.5	8.4	71\70	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	4.6	4.4	15.2	117.8	102	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	105	9.3	13	12.1	208	280	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	4	4.1	24.3	150.2	303	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0.2	20.2	92	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.8	0.6	24.7	116	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71	к/к	2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	0.19	0	19.94	81.5	к/к	2011
Итого за прием пищи :		820	24.69	22.6	133.04	844.9		

5 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 5							
Завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0.5	3	1.5	37	21	2011
	или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.5	0.1	1.5	8.4	71\70	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.4	4	9.9	81.6	82	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	120	9.47	3.47	9.7	113.2	240	2011
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3.8	5.3	38.9	218	304	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.7	0.02	15	60	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.6	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71	к/к	2011
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	47	338	2011	
Итого за прием пищи :		890	20.27	16.69	114.7	697.4		

6 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 6							
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1.1	8	44.8	95.5	к/к	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2.3	2.2	16.2	94.1	103	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.94	10.46	35.73	305.36	291	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0.2	20.2	92	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.8	0.6	24.7	116	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	к/к	2011
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	47	338	2011
Итого за прием пищи :		850	27.64	22.06	171.53	844.66		

7 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 7							
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	0.8	3.6	3.9	52.1	55	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.4	4	9.9	81.6	82	2011
	КОТЛЕТА ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100	12.5	10.5	5.2	84	308	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	4	4.1	24.3	150.2	303	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.4	0	18.2	76.2	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.6	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71	к/к	2011
Итого за прием пищи :		770	23.1	22.7	91.4	584.7		

8 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 8							
Завтрак	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.9	6.1	4.4	76	67	2011
	РАССОЛЬНИК	200	1.9	4.1	13.2	97.8	96	2011
	БИТОЧКИ	90	12.08	12.07	13.5	218.7	339	2021
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4.6	4.9	20.3	142.7	303	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0.2	20.2	92	389	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	1.7	0.3	14.8	69.6	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71	к/к	2011
Итого за прием пищи :		790	24.48	27.87	101.5	767.8		

9 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 9							
Завтрак	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0.79	1.96	3.38	36.24	45	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	4.6	4.4	15.2	117.8	102	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	105	9.3	13	12.1	208	280	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЁННОЙ	150	4.22	5.06	24.18	159.1	303	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0.2	20.2	92	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71	к/к	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.6	к/к	2011
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	47	338	2011
Итого за прием пищи :		875	24.31	25.52	114.76	800.74		

10 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 10							
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.5	0.1	1.5	8.4	71\70	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	1.7	2.1	13.7	81.1	101	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	9.7	14.9	11.3	220.3	294	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5.4	4.2	34.3	194.1	203	2011
	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	47	338	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.1	111.1	342	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.7	0.3	14.8	69.6	к/к	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	15.1	71	к/к	2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	0.19	0	19.94	81.5	к/к	2011
Итого за прием пищи :		885	22.09	22.4	147.54	884.1		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки,г	Жиры,г	Углеводы, г	
Итого за весь период	246.78	236.48	1229.82	7919.9
Среднее значение за период	24.678	23.648	122.982	791.99

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед
7-11 лет	8380
Среднее значение за период	838

НЕДЕЛЯ 1		ДЕНЬ 1		
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ	220		САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10		ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100
КАКАО С МОЛОКОМ	200		КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕННОЙ	150
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40
	615		ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	200
				1000
НЕДЕЛЯ 1		ДЕНЬ 2		
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	80		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	116		БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ	200
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10		ПЛОВ	200
СДОБЫЕ ИЗДЕЛИЯ	50		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40
	521			
НЕДЕЛЯ 1		ДЕНЬ 3		
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	80		ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60
или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	80		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	120		ГУЛЯШ	100
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
НЕДЕЛЯ 1		ДЕНЬ 4		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЙОГУРТОМ	135/50		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200
ЧАЙ С САХАРОМ	210		ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	105
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150
			СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
			КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25
НЕДЕЛЯ 1		ДЕНЬ 5		
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60
или САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80		или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150		ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	120
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	200		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		ЧАЙ С САХАРОМ	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30
			ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100

НЕДЕЛЯ 2		ДЕНЬ 6			
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С М/С	220		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	
или КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧ.ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/С	210		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	55		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ	200		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10		ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	
НЕДЕЛЯ 2		ДЕНЬ 7			
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	80		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15/5		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		КОТЛЕТА ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100	
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200		КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	40		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
НЕДЕЛЯ 2		ДЕНЬ 8			
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	80		ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100		РАССОЛЬНИК	200	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		БИТОЧКИ	90	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200		КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
НЕДЕЛЯ 2		ДЕНЬ 9			
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	80		САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150		ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	105	
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200		КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНОЙ	150	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	
			ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	
НЕДЕЛЯ 2		ДЕНЬ 10			
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	80		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	
или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	80		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	
МЯСО ДУХОВОЕ (РАГУ ИЗ МЯСА)	240		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	
ЧАЙ С САХАРОМ	210		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45		ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
			КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	

