

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ
Завтрак										
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	КАША РИСОВАЯ 205	КАША КУКУРУЗНАЯ 80	КАША "ДРУЖБА" 100	КАША МАННАЯ 155	ОМЛЕТ 155	КАША МОЛОЧНАЯ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 155	КАША "ДРУЖБА" 100	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 3	
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 3	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С САХАРОМ 150	
II Завтрак										
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	РЯЖЕНКА 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	РЯЖЕНКА 100	ЙОГУРТ 100	РЯЖЕНКА 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	МАНДАРИН 100 РЯЖЕНКА	БАНАН СВЕЖИЙ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 РЯЖЕНКА	
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	МАНДАРИН 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЙОГУРТ 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 100	ЙОГУРТ 100	
Обед										II. НЕДОСАЛИВАНИЕ - 5.4 В СУТКИ НА 1 РЕБЕНКА
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 40	САЛАТ "СВЕКОЛКА" 45	САЛАТ из Фасоли, Томатов и Зелени 40	ВИНЕГРЕТ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКОМ И ЗЕЛЕНЬЮ 40	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40	САЛАТ ОВОЩНОЙ 30	ВИНЕГРЕТ 40	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ИНДЕЙКОЙ 200	ЩИ С ГОВЯДИНОЙ 200	СУП с клецками 250	СУП РЫБНЫЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 150/10	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ 150/10/10	БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ 250/10/5	ФАСОЛЕВЫЙ СУП на говядине 200	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	СУП гороховый 200	
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ 160	МАКАРОНЫ 110	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 120	ПЮРЕ 1100	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ 100	ГРЕЧКА 150	ПЮРЕ 100	МАКАРОНЫ 155	ГРЕЧА 150	ГУЛЯШ С ПЕЧЕНЬЮ 150 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ 60		ГУЛЯШ С ГОВЯДИНОЙ 50	тефтели 70	КОТЛЕТЫ РУБЛЕВЫЕ ИЗ КУР., ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 70	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70	ТЕФЕЛИ 70	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 50/30		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	
СОК 100	КОМПОТ ВШИШНЕВЫЙ 110	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Витаминизированный) 110	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 100	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С" 100	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Витаминизированный) 110	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Витаминизированный) 110	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	
Полдник										
ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	
КЕКС С ИЗЮМОМ 100	БУЛОЧКА С МАКОМ 100	Творожная ватрушка 100	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ с КОРИЦЕЙ 100	ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ 150	творожная запеканка 100	БУЛОЧКА С КОРИЦЕЙ 100	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ 100	РОГАЛИКИ СО СГУЩЕННОЙ 55	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННОЙ 100	
Ужин										
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	МАКАРОНЫ 150	РИС 120	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 180/5	ГУЛЯШ С ПЕЧЕНЬЮ 150 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	ПЛОВ из говядины 150	Макароны с курицей 130	РИС с овощами 150	КАРТОФЕЛЬ ПО ДЕРЕВЕНСКИ 120	СОЛЯНКА ПО ДЕРЕВЕНСКИ 120	
КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ 70	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 50/30	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 80		РЫБА в кляре 60						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	САЛАТ из огурцов 45	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 45	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 45	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 45	САЛАТ ОВОЩНОЙ 60	салат из огурцов и помидоров 60	САЛАТ ЛЕТНИЙ 40	САЛАТ из яблок и свежей капусты 100	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	
КОМПОТ 110	СОК 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	СОК АБРИКОСОВЫЙ 110	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	МОРС 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 110	МОРС ИЗ ЯГОД 100	

