

ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (диетическое)



день 1/11	день 2/12	день 3/13	день 4/14	день 5/15
<p>Завтрак</p> <p>Каша пшеничная с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон с м/сл 20/4 - 30/5 Сыр порц. 7/11 Апельсин 90/90</p>	<p>Завтрак</p> <p>Каша геркулесовая с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон с м/сл 20/4 - 30/5 Груши 90/90</p>	<p>Завтрак</p> <p>Каша пшеничная с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон с м/сл 20/4 - 30/5 Сыр порц. 7/11 Бананы 90/90</p>	<p>Завтрак</p> <p>Каша ячневая с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон 20/30 Мандарины 90/90</p>	<p>Завтрак</p> <p>Каша пшеничная с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон с м/сл 20/4 - 30/5 Сыр порц. 7/11 Бананы 90/90</p>
<p>Обед</p> <p>Салат белокочанной капусты с морковью 40/60 Щи из свежей капусты (вегетарианские) 150/180 Свекольник 150/180 Котлета из мяса кури (филе) 50/70 Мясо кур отварное (порция, без кости) 50/70 Макаронные изделия отварные 110/130 Компот из черешкови и изюма 150/180 Хлеб ржаной 30/40</p>	<p>Обед</p> <p>Салат белокочанной капусты с отварной свеклой с м/р 40/60 Рассольник 150/180 Суп картоф. с зел. гор. 150/180 Печень отварная 50/70 Картофель отварной 110/130 Напиток из шиповника 150/180 Хлеб ржаной 30/40</p>	<p>Обед</p> <p>Салат из отв. картоф. с зел. горошком с м/р 40/60 Салат из отв. картоф. с реп. луком, с сол. огурцом с м/р 40/60 Бульон куриный 150/180 Суп лапша на к/б 150/180 Плов из мяса кур 150/180 Бигус с отвар. мясом кури 150/180 Компот из яблок и винограда 150/180 Гренки из пшеничного хлеба 30/30 Хлеб ржаной 30/40</p>	<p>Обед</p> <p>Салат из моркови с м/р 40/60 Уха рыбацкая 150/180 Рагу из отварного мяса 150/180 Азу из отварного мяса 150/180 Кисель с плодово-ягодным вкусом 150/180 Хлеб ржаной 30/40</p>	<p>Обед</p> <p>Салат из отв. картоф. с сол. огур. с м/р 40/60 Салат из отварной свеклы с черносл. с м/р 40/60 Суп картофельный с клецками на курином бульоне со сметаной 150/180 Суп картофельный с макарон изд. на к/б 150/180 Суфле из мяса кур паровое 50/70 Пудинг куриный 50/70 Каша гречневая рассыпч. с овощами 110/130 Каша перловая 110/130 Компот из яблок 150/180 Хлеб ржаной 30/40</p>
<p>Полдник</p> <p>Рыба отварная 50/70 Картофель отварной 60/80 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/25</p>	<p>Полдник</p> <p>Каша гречневая с овощами 80/100 Чай 180/180 Хлеб пшеничный 20/25</p>	<p>Полдник</p> <p>Салат из моркови с изюмом с м/р 30/50 Сок 180/180 Печенье 12/24</p>	<p>Полдник</p> <p>Рагу из овощей 60/80 Чай 150/180 Зефир 30/30 Мармелад 15/30 Хлеб пшеничный 20/25</p>	<p>Полдник</p> <p>Салат из моркови с яблоками с м/р 40/60 Уха рыбацкая 150/180 Жаркое по-домашнему с мясом 150/180 Мясо, тушеное с овощами 150/180 Кисель из яблок Хлеб ржаной 30/40</p>
<p>Завтрак</p> <p>Каша пшеничная с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон с м/сл 20/4 - 30/5 Сыр порц. 7/11 Апельсин 90/90</p>	<p>Завтрак</p> <p>Каша геркулесовая с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон с м/сл 20/4 - 30/5 Груши 90/90</p>	<p>Завтрак</p> <p>Каша пшеничная с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон с м/сл 20/4 - 30/5 Сыр порц. 7/11 Бананы 90/90</p>	<p>Завтрак</p> <p>Каша ячневая с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон 20/30 Хлеб пшеничный 20/25 Мандарины 90/90</p>	<p>Завтрак</p> <p>Каша пшеничная с м/сл 150/180 Чай с сахаром 150/180 Батон с м/сл 20/4 - 30/5 Сыр порц. 7/11 Бананы 90/90</p>
<p>Обед</p> <p>Салат из белокочанной с м/р 40/60 Суп крестьянский на к/б 150/180 Суп картофельный со сметаной 150/180 Гуляш из отварного мяса кури 50/70 Мясо кур отв. в соусе 50/70 Макаронные изделия отварные 110/130 Компот из кураги и изюма 150/180 Хлеб ржаной 30/40</p>	<p>Обед</p> <p>Салат из белокоч. капусты с яблоками с м/р 40/60 Суп гороховый со сметаной 150/180 Суп из овощей со сметаной 150/180 Биточки рыбные 50/70 Тефтели рыбные 50/70 Картофель отварной 110/130 Напиток из шиповника 150/180 Гренки из ржаного хлеба 40/40 Хлеб ржаной 30/40</p>	<p>Обед</p> <p>Салат из отварной свеклы с сол.огур. с м/р 40/60 Салат из отварной свеклы с черносл. с м/р 40/60 Суп картофельный с клецками на курином бульоне со сметаной 150/180 Суп картофельный с макарон изд. на к/б 150/180 Суфле из мяса кур паровое 50/70 Пудинг куриный 50/70 Каша гречневая рассыпч. с овощами 110/130 Каша перловая 110/130 Компот из яблок 150/180 Хлеб ржаной 30/40</p>	<p>Обед</p> <p>Салат из моркови с яблоками с м/р 40/60 Уха рыбацкая 150/180 Жаркое по-домашнему с мясом 150/180 Мясо, тушеное с овощами 150/180 Кисель из яблок Хлеб ржаной 30/40</p>	<p>Обед</p> <p>Салат из отв. картф. морков., свек. с реп. лук., сол.огурцом с м/р 60/80 Картофель отварной 100/130 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/25</p>
<p>Полдник</p> <p>Салат из отв. картф. морков., свек. с реп. лук., сол.огурцом с м/р 60/80 Картофель отварной 100/130 Чай с лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/25</p>	<p>Полдник</p> <p>Каша гречневая с овощами 80/100 Чай 180/180 Хлеб пшеничный 20/25</p>	<p>Полдник</p> <p>Салат из моркови с изюмом с м/р 30/50 Сок 180/180 Пряники 12/24</p>	<p>Полдник</p> <p>Морковь, тушеная с рисом и изюмом 100/130 Слиса тушеная 100/130 Чай 150/180 Конфеты -4г Батон с джемом 20/10 - 30/20 Хлеб пшеничный 20/25</p>	<p>Полдник</p> <p>Морковь, тушеная с рисом и изюмом 100/130 Слиса тушеная 100/130 Чай 150/180 Конфеты -4г Батон с джемом 20/10 - 30/20 Хлеб пшеничный 20/25</p>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402978

Владелец Казанцева Елена Юрьевна

Действителен с 28.01.2025 по 28.01.2026