ДЕСЯТИДЕВНОЕ ЗИМНЕЕ МЕНЮ МБДОУ №19 г. Невинномысска САД АПРЕЛЬ 2019г.

| 1 день                          |      | 2 день                            |      | 3 день                           |      | винномыеска САД АПГЕ.<br>4 день   |          | 5 день                           |           |
|---------------------------------|------|-----------------------------------|------|----------------------------------|------|-----------------------------------|----------|----------------------------------|-----------|
| завтрак                         |      | завтрак                           |      | завтрак                          |      | завтрак                           |          | завтрак                          |           |
| Суп молочный с крупой (гречкой) | 200  | Суп молочный с крупой пшенной 1/2 | 200  | Каша Геркулес<br>молочная        | 200  | Каша молочная манная (1/2)        | 200      | Каша молочная пшеничная 1/2      | 200       |
|                                 |      | Хлеб пшеничный                    | 30   |                                  |      |                                   |          | Хлеб пшеничный                   | 30        |
|                                 |      | Масло сливочное                   | 5    |                                  |      |                                   |          | Масло сливочное                  | 5         |
| Хлеб пшеничный                  | 30   | Какао с молоком 1/2               | 200  | Хлеб пшеничный                   | 30   | Хлеб пшеничный                    | 30       | Кофейный напиток с молоком (1/2) | 200       |
| Масло сливочное                 | 5    | Сок яблочный                      | 100  | Масло сливочное                  | 5    | Масло сливочное                   | 5        | Яйцо вареное                     | 40        |
| Кофейный напиток (1/2)          | 200  |                                   |      | Кофейный напиток с молоком (1/2) | 200  | Какао с молоком (1/2)             | 200      |                                  |           |
| Сок яблочный                    | 100  |                                   |      | Сок яблочный                     | 100  | Сок яблочный                      | 100      | Сок яблочный                     | 100       |
| итого завтрак:                  | 535  |                                   | 535  |                                  | 535  |                                   | 535      |                                  | 605       |
| обед                            |      | обед                              |      | обед                             |      | обед                              |          | обед                             |           |
| Суп гороховый                   | 200  | Борщ с фасолью                    | 200  | Суп<br>с клецками                | 200  | Щи из свежей капусты с картофелем | 200      | Борщ с картофелем                | 200       |
| Шницель рыбный<br>натуральный   | 80   | Рагу из птицы                     | 180  | Птица отварная                   | 80   | картофельное пюре                 | 120      | Гуляш                            | 80        |
| Капуста тушеная                 | 100  | капуста квашенная                 | 30   | Капуста тушеная                  | 100  | Свекла тушеная котлета            | 50<br>80 | каша гречневая рассыпчатая       | 120       |
| Макароны отварные               | 70   | Хлеб пшеничный                    | 30   | Макароны отварные                | 50   | помидор соленый                   | 30       |                                  |           |
| помидор соленый                 | 30   | Хлеб ржаной                       | 50   | огурец соленый                   | 30   | Хлеб пшеничный                    | 20       | капуста квашенная                | 30        |
| Хлеб пшеничный                  | 20   | Компот из<br>сухофруктов          | 200  | Хлеб ржаной                      | 50   | Хлеб ржаной                       | 50       | Хлеб пшеничный                   | 20        |
| Хлеб ржаной                     | 50   |                                   |      | Хлеб пшеничный                   | 30   | Компот из сухофруктов             | 200      | Хлеб ржаной                      | 50        |
| Компот из<br>сухофруктов        | 200  |                                   |      | Компот из<br>сухофруктов         | 200  |                                   |          | Компот из сухофруктов            | 200       |
| Итого обед:                     | 750  |                                   | 690  |                                  | 740  |                                   | 750      |                                  | 700       |
| Уплотненный<br>полдник          |      | Уплотненный полдник               |      | Уплотненный<br>полдник           |      | Уплотненный полдник               |          | Уплотненный полдник              |           |
| Биточки рубленные из птицы      | 80   | Запеканка из творога              | 180  | Рыба тушенная в томате с овощами | 150  | Омлет натуральный                 | 110      | Рагу овощное                     | 200       |
| Пюре картофельное               | 100  | Соус сметанный                    | 50   | Пюре картофельное                | 100  | Капуста тушенная                  | 100      | Соус томатный                    | 30        |
| свекла тушенная                 | 100  | Хлеб пшеничный                    | 20   | помидор соленый                  | 30   | Хлеб пшеничный                    | 30       | Биточек рубленный из<br>птицы    | 60        |
| Хлеб пшеничный                  | 15   | чай                               | 200  | Хлеб пшеничный                   | 20   | Чай                               | 200      | огурец соленый                   | 30        |
| чай                             | 200  |                                   |      | Чай                              | 200  |                                   |          | Хлеб пшеничный                   | 15<br>200 |
| Итого полдник:                  | 495  |                                   | 450  |                                  | 500  |                                   | 440      | Кисель из концентрата            | 535       |
| ужин                            |      | ужин                              |      | ужин                             |      | ужин                              |          | ужин                             |           |
| Молоко кипяченное               | 150  | Кефир                             | 150  | Молоко кипяченное                | 150  | Кефир                             | 150      | Кефир                            | 150       |
| Печенье                         | 28   | Печенье                           | 28   | Печенье                          | 28   | Ватрушка с творогом               | 50       | печенье                          | 28        |
| итого ужин:                     | 178  |                                   | 178  |                                  | 164  | -F                                | 200      |                                  | 178       |
| итого день:                     | 1958 |                                   | 1853 |                                  | 1953 |                                   | 1925     |                                  | 1988      |

|                                      |      | ДЕСЯТИДЕВНО                 | ЭЕ ЗИМ | инее меню мбдо:                 | У №19 г. | Невинномысска сад АПР | ЕЛЬ 201 | 9                               |      |
|--------------------------------------|------|-----------------------------|--------|---------------------------------|----------|-----------------------|---------|---------------------------------|------|
| 6 день                               |      | 7 день                      |        | 8 день                          |          | 9 день                |         | 10 день                         |      |
| Завтрак                              |      | завтрак                     |        | завтрак                         |          | завтрак               |         | завтрак                         |      |
| Суп молочный с<br>макаронами         | 200  | Каша молочная пшенная 1\2   | 200    | Каша молочная рисовая 1\2       | 200      | Каша молочная манная  | 200     | Каша молочная<br>геркулес       | 200  |
| Хлеб пшеничный                       | 30   | Хлеб пшеничный              | 30     | Хлеб пшеничный                  | 30       | Хлеб пшеничный        | 30      | Хлеб пшеничный                  | 30   |
| Масло сливочное                      | 5    | Масло сливочное             | 5      | Масло сливочное                 | 5        | Масло сливочное       | 5       | Масло сливочное                 | 5    |
| Кофейный напиток 1/2                 | 200  | чай                         | 200    | Кофейный напиток на молоке(1/2) | 200      | Какао на молоке 1/2   | 200     | Кофейный напиток на молоке 1/2  | 200  |
| Сок яблочный                         | 100  | Сок яблочный                | 100    | Сок яблочный                    | 100      | Сок яблочный          | 100     | Сок яблочный                    | 100  |
| Итого завтрак:                       | 535  |                             | 535    |                                 | 535      |                       | 535     |                                 | 535  |
| обед                                 |      | обед                        |        | обед                            |          | обед                  |         | обед                            |      |
| Щи из квашенной капусты с картофелем | 200  | Рассольник<br>Ленинградский | 200    | Суп картофельный                | 200      | Суп овощной           | 200     | Борщ Украинский                 | 200  |
| Фрикадельки рыбные в томатном        | 130  | котлета рубленная из птицы  | 80     | Птица тушенная в coyce          | 75       | Жаркое по домашнему   | 200     | Голубцы ленивые                 | 200  |
| coyce                                |      |                             |        | Соус красный основной           | 20       |                       |         |                                 |      |
| Пюре картофельное                    | 100  | Свекла тушеная              | 150    | Пюре гороховое                  | 120      | помидор соленый       | 30      | Соус сметанный с томатом        | 30   |
| помидор соленый                      | 30   | огурец соленый              | 30     | капуста квашенная               | 30       | Хлеб пшеничный        | 20      | огурец соленый                  | 30   |
| Хлеб ржаной                          | 50   | Хлеб пшеничный              | 20     | Хлеб пшеничный                  | 20       | Хлеб ржаной           | 50      | Хлеб ржаной                     | 50   |
| Хлеб пшеничный                       | 25   | Хлеб ржаной                 | 50     | Хлеб ржаной                     | 50       | Компот из сухофруктов | 200     | Хлеб пшеничный                  | 25   |
| Компот из<br>сухофруктов             | 200  | Компот из сухофруктов       | 200    | Компот из<br>сухофруктов        | 200      |                       |         | Компот из сухофруктов           | 200  |
| итого обед:                          | 735  |                             | 730    |                                 | 715      |                       | 700     |                                 | 735  |
| Уплотненный<br>полдник               |      | Уплотненный полдник         |        | Уплотненный<br>полдник          |          | Уплотненный полдник   |         | Уплотненный полдник             |      |
| Плов из птицы                        | 210  | Вареники ленивые            | 200    | Шницель рыбный натуральный      | 80       | Макароны отварные     | 150     | Рыба тушеная в томате с овощами | 150  |
|                                      |      | Соус молочный сладкий       | 50     | Картофель отварной              | 100      | Омлет натуральный     | 80      | Пюре картофельное               | 100  |
| Икра кабачковая                      | 60   | Какао на молоке(1/2)        | 200    | Соус томатный                   | 30       |                       |         |                                 |      |
|                                      |      |                             |        | огурец соленый                  | 30       | Икра кабачковая       | 60      | соленый помидор                 | 30   |
| Хлеб пшеничный                       | 25   | Хлеб пшеничный              | 15     | Хлеб пшеничный                  | 30       | Хлеб пшеничный        | 30      | Хлеб пшеничный                  | 25   |
| Чай                                  | 200  |                             |        | Чай                             | 200      | Чай                   | 200     | Кофейный напиток без молока     | 200  |
| итого полдник:                       | 495  |                             | 465    |                                 | 470      |                       | 520     |                                 | 505  |
| ужин                                 |      | ужин                        |        | ужин                            |          | ужин                  |         | ужин                            |      |
| молоко кипяченное                    | 150  | Кефир                       | 150    | Молоко кипяченное               | 150      | кефир                 | 150     | Кефир                           | 150  |
| Печенье                              | 14   | Печенье                     | 28     | Печенье                         | 28       | Ватрушка с творогом   | 50      | Печенье                         | 14   |
| итого ужин:                          | 164  |                             | 178    |                                 | 178      |                       | 200     |                                 | 164  |
| итого день:                          | 1929 |                             | 1908   |                                 | 1898     |                       | 1955    |                                 | 1939 |

## ДЕСЯТИДЕВНОЕ ЛЕТНЕЕ МЕНЮ МБДОУ №19 г. Невинномысска ЯСЛИ АПРЕЛЬ 2019г

| 1 день                          |             | 2 день                            |             | 3 день                              |     | 4 день                            |     | 5 день                           |           |
|---------------------------------|-------------|-----------------------------------|-------------|-------------------------------------|-----|-----------------------------------|-----|----------------------------------|-----------|
| завтрак                         |             | завтрак                           |             | завтрак                             |     | завтрак                           |     | завтрак                          |           |
| Суп молочный с крупой (гречкой) | 150         | Суп молочный с крупой пшенной 1/2 | 150         | Каша Геркулес<br>молочная           | 150 | Каша молочная манная (1/2)        | 150 | Каша молочная пшеничная 1/2      | 150       |
| Хлеб пшеничный                  | 30          | Хлеб пшеничный                    | 30          | Хлеб пшеничный                      | 30  | Хлеб пшеничный                    | 30  | Хлеб пшеничный                   | 30        |
| Масло сливочное                 | 5           | Масло сливочное                   | 5           | Масло сливочное                     | 5   | Масло сливочное                   | 5   | Масло сливочное                  | 5         |
|                                 |             |                                   |             |                                     |     |                                   |     | Яйцо вареное                     | 40        |
| Кофейный напиток (1/2)          | 150         | Какао с молоком 1/2               | 150         | Кофейный напиток с молоком (1/2)    | 150 | Какао с молоком (1/2)             | 150 | Кофейный напиток с молоком (1/2) | 150       |
| Сок яблочный                    | 100         | Сок яблочный                      | 100         | Сок яблочный                        | 100 | Сок яблочный                      | 100 | Сок яблочный                     | 100       |
| итого завтрак:                  | 435         |                                   | 435         |                                     | 435 |                                   | 435 |                                  | 475       |
| обед                            |             | обед                              |             | обед                                |     | обед                              |     | обед                             |           |
| Суп картофельный                | 150         | Борщ с фасолью                    | 150         | Суп<br>с клецками                   | 150 | Щи из свежей капусты с картофелем | 150 | Борщ с картофелем                | 150       |
| Шницель рыбный                  | 60          | Рагу из птицы                     | 160         | Капуста тушенная                    | 70  | картофельное пюре                 | 100 | Биточки                          | 60        |
| натуральный                     |             |                                   |             | Макароны отварные                   | 50  | Свекла тушеная                    | 50  | Соус томатный                    | 20        |
| Капуста тушеная                 | 70          | капуста квашенная                 | 20          | Котлета рубленная из                | 60  | котлета                           | 60  | квашенная капуста                | 20        |
| Макароны отварные               | 70          |                                   |             | птицы                               |     |                                   |     | -                                |           |
| Хлеб ржаной                     | 40          | Хлеб пшеничный                    | 20          | Хлеб ржаной                         | 40  | помидор соленый                   | 20  | каша гречневая рассыпчатая       | 100       |
| помидор соленый                 | 20          | Хлеб ржаной                       | 40          | Компот из<br>сухофруктов            | 150 | Хлеб пшеничный                    | 20  | Хлеб ржаной                      | 40        |
| Компот из<br>сухофруктов        | 150         | Компот из<br>сухофруктов          | 150         | огурец соленый                      | 20  | Хлеб ржаной                       | 40  | Компот из сухофруктов            | 150       |
|                                 |             |                                   |             |                                     |     | Компот из сухофруктов             | 150 |                                  |           |
| итого обед:                     | 560         |                                   | 540         |                                     | 540 |                                   | 590 |                                  | 540       |
| Уплотненный<br>полдник          |             | Уплотненный полдник               |             | Уплотненный<br>полдник              |     | Уплотненный полдник               |     | Уплотненный полдник              |           |
| Биточки рубленные из птицы      | 60          | Запеканка из творога              | 150         | Фрикадельки рыбные в томатном соусе | 110 | Омлет натуральный                 | 55  | Рагу овощное                     | 150       |
| Пюре картофельное               | 100         | Соус сметанный                    | 50          | пюре картофельное                   | 100 | Капуста тушенная                  | 100 | Соус томатный                    | 20        |
| свекла тушенная                 | 100         | Хлеб пшеничный                    | 20          | помидор соленый                     | 20  | Хлеб пшеничный                    | 20  | соленый огурец                   | 20        |
| Хлеб пшеничный                  | 22          | Чай                               | 150         | Хлеб пшеничный                      | 20  | Чай                               | 150 | Биточек рубленный из<br>птицы    | 60        |
| Чай                             | 150         |                                   |             | Чай                                 | 150 |                                   |     | Кисель из концентрата            | 150       |
|                                 |             |                                   | 270         |                                     | 400 |                                   |     | Хлеб пшеничный                   | 15        |
| итого полдник:                  | 432         |                                   | 370         |                                     | 400 |                                   | 325 |                                  | 415       |
| ужин                            | 150         | ужин                              | 150         | ужин                                | 150 | ужин                              | 150 | ужин                             | 150       |
| молоко кипяченное               | 150         | Кефир                             | 150         | молоко кипяченное                   | 150 | Кефир                             | 150 | Кефир                            | 150       |
| Печенье                         | 28          | Печенье                           | 28          | Печенье                             | 28  | Ватрушка с творогом               | 50  | Печенье                          | 28<br>178 |
| итого ужин:<br>Итого день:      | 178<br>1605 |                                   | 178<br>1523 |                                     | 178 |                                   | 200 |                                  | 160       |

| Уплотненный полдник   | Ленинградский Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная  | 150<br>30<br>5<br>150<br>100<br>435<br>150<br>60 | завтрак Каша молочная рисовая 1\2 Хлеб пшеничный Масло сливочное Кофейный напиток на молоке(1/2) Сок яблочный  обед Суп картофельный Биточки рубленные из птицы Каша пшенная | 150<br>30<br>5<br>150<br>100<br>435<br>150<br>60 | завтрак Каша молочная манная ц/м Хлеб пшеничный Масло сливочное Какао на молоке 1/2 Сок яблочный  обед Суп овощной | 150<br>30<br>5<br>150<br>100<br>435 | завтрак Каша молочная геркулес Хлеб пшеничный Масло сливочное Кофейный напиток на молоке 1/2 Сок яблочный  обед Борщ Украинский | 150<br>30<br>5<br>150<br>100<br>435 |
|---|--|--|--|--|--|-------------------------------------|---|-------------------------------------|
| макаронами       150         Хлеб пшеничный       30         Масло сливочное       5         Кофейный       150         напиток 1/2       100         итого завтрак:       435         обед       110         Щи из квашенной капусты с картофелем       150         Фрикадель рыбные в томатном соусе       10         помидор картофельное       90         помидор соленый       20         Хлеб ржаной       40         Компот из сухофруктов       150         Хлеб пшеничный       15         итого обед:       575         Уплотненный полдник | пшенная 1/2  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  чай  Сок яблочный  обед  Рассольник Ленинградский  Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная | 30<br>5<br>150<br>100<br>435<br>150<br>60        | рисовая 1\2  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Кофейный напиток на молоке(1/2)  Сок яблочный  обед  Суп картофельный  Биточки рубленные из птицы                              | 30<br>5<br>150<br>100<br>435                     | ц/м  Хлеб пшеничный  Масло сливочное  Какао на молоке 1/2  Сок яблочный  обед  Суп овощной                         | 30<br>5<br>150<br>100<br>435        | Хлеб пшеничный Масло сливочное Кофейный напиток на молоке 1/2 Сок яблочный  | 30<br>5<br>150<br>100<br>435        |
| Масло сливочное       5         Кофейный       150         напиток 1/2       100         сок яблочный       435         Обед         Щи из квашенной капусты с картофелем       150         Фрикадель рыбные в томатном соусе       10         пюре картофельное       90         помидор соленый       20         Хлеб ржаной       40         Компот из сухофруктов       150         Хлеб пшеничный       15         итого обед:       575         Уплотненный полдник   | Масло сливочное чай Сок яблочный  обед Рассольник Ленинградский Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная                                  | 5<br>150<br>100<br>435<br>150<br>60              | Масло сливочное Кофейный напиток на молоке(1/2) Сок яблочный  обед Суп картофельный  Биточки рубленные из птицы  | 5<br>150<br>100<br>435<br>150                    | Масло сливочное Какао на молоке 1/2 Сок яблочный  обед Суп овощной   | 5<br>150<br>100<br>435              | Масло сливочное Кофейный напиток на молоке 1/2 Сок яблочный   | 5<br>150<br>100<br>435              |
| Кофейный напиток 1/2       150         Сок яблочный 100       100         итого завтрак: 435         Обед ПЦи из квашенной капусты с картофелем Фрикадель рыбные в томатном соусе пюре картофельное 90         помидор соленый 20       20         Хлеб ржаной 40       40         Хлеб пшеничный 15       150         итого обед: 575       575  | чай  Сок яблочный  обед Рассольник Ленинградский Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная   | 150<br>100<br>435<br>150<br>60                   | Кофейный напиток на молоке(1/2) Сок яблочный  обед Суп картофельный  Биточки рубленные из птицы  | 150<br>100<br>435                                | Какао на молоке 1/2  Сок яблочный  обед  Суп овощной   | 150<br>100<br>435                   | Кофейный напиток на молоке 1/2 Сок яблочный обед  | 150<br>100<br>435                   |
| напиток 1/2 Сок яблочный 100 итого завтрак: 435 обед Щи из квашенной капусты с картофелем Фрикадель рыбные в томатном соусе пюре картофельное 90 помидор соленый 20 Хлеб ржаной 40 Компот из сухофруктов 156 Хлеб пшеничный 15 итого обед: 575  | Сок яблочный  обед Рассольник Ленинградский Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная  | 100<br>435<br>150<br>60                          | молоке(1/2) Сок яблочный  обед Суп картофельный  Биточки рубленные из птицы  | 100<br>435<br>150                                | Сок яблочный<br><b>обед</b> Суп овощной  | 100<br><b>435</b>                   | напиток на молоке 1/2 Сок яблочный  обед  | 100<br>435                          |
| Сок яблочный         100           итого завтрак:         435           обед         150           Щи из квашенной капусты с картофелем         150           Фрикадель рыбные в гоматном соусе         110           пюре картофельное         90           помидор соленый         20           Хлеб ржаной         40           Компот из сухофруктов         150           Хлеб пшеничный         15           итого обед:         575           Уплотненный полдник  | обед Рассольник Ленинградский Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная  | 150<br>60<br>100                                 | Сок яблочный  обед  Суп картофельный  Биточки рубленные из птицы   | 100<br>435<br>150                                | <b>обед</b><br>Суп овощной   | 435                                 | Сок яблочный обед   | 435                                 |
| обед         150           Щи из квашенной капусты с картофелем         150           Фрикадель рыбные в томатном соусе пюре картофельное         90           помидор соленый         20           Хлеб ржаной         40           Компот из сухофруктов         150           Хлеб пшеничный         15           итого обед:         575           Уплотненный полдник  | Рассольник Ленинградский Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная   | 150<br>60<br>100                                 | Суп картофельный<br>Биточки рубленные из<br>птицы  | 150  | Суп овощной  |                                     |   |                                     |
| Щи из квашенной капусты с картофелем       150         Фрикадель рыбные в томатном соусе пюре картофельное       90         помидор соленый       20         Хлеб ржаной       40         Компот из сухофруктов       150         Хлеб пшеничный       15         итого обед:       575         Уплотненный полдник   | Рассольник Ленинградский Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная   | 60   | Суп картофельный<br>Биточки рубленные из<br>птицы  |  | Суп овощной  | 150                                 |   | 150                                 |
| с картофелем       110         Фрикадель рыбные в томатном соусе       110         пюре картофельное       90         помидор соленый       20         Хлеб ржаной       40         Компот из сухофруктов       150         Хлеб пшеничный       15         итого обед:       575         Уплотненный полдник   | Ленинградский Котлета рубленные из птицы Свекла тушеная  | 60   | Биточки рубленные из<br>птицы  |  | -  | 150                                 | Борщ Украинский   | 150                                 |
| томатном соусе пюре картофельное  помидор соленый  20  Хлеб ржаной  40  Компот из сухофруктов  150  Хлеб пшеничный  15  итого обед:  Уплотненный полдник  | из птицы<br>Свекла тушеная   | 100  | птицы  | 60   | Котлета  |                                     |   | 1                                   |
| помидор соленый       20         Хлеб ржаной       40         Компот из сухофруктов       150         Хлеб пшеничный       15         итого обед:       575         Уплотненный полдник   |  |  | Каша пшашая  |  |  | 60                                  | Голубцы ленивые   | 150                                 |
| Хлеб ржаной       40         Компот из сухофруктов       150         Хлеб пшеничный       15         итого обед:       575         Уплотненный полдник  | огурец соленый   |  | рассыпчатая  | 70   | Пюре картофельное  | 100                                 | Соус сметанный с томатом  | 20                                  |
| Компот из сухофруктов       150         Хлеб пшеничный       15         итого обед:       575         Уплотненный полдник   |  | 20   | Соус красный основной  | 20   | соленый помидор  | 20                                  | огурец соленый  | 20                                  |
| Хлеб пшеничный       15         итого обед:       575         Уплотненный полдник   | Хлеб ржаной  | 40   | капуста квашенная  | 20   | Хлеб пшеничный   | 10                                  | Хлеб ржаной   | 40                                  |
| итого обед: 575<br>Уплотненный полдник  | Компот из<br>сухофруктов   | 150  | Хлеб ржаной  | 40   | Хлеб ржаной  | 40                                  | Хлеб пшеничный  | 15                                  |
| Уплотненный полдник   |  |  | Хлеб пшеничный   | 15   | Компот из сухофруктов  | 150                                 | Компот из сухофруктов   | 150                                 |
| Уплотненный полдник   |  |  | Компот из<br>сухофруктов   | 150  |  |                                     |   |                                     |
|   | ;  | 520  |  | 525  |  | 530                                 |   | 545                                 |
| T   | Уплотненный<br>полдник   |  | Уплотненный<br>полдник   |  | Уплотненный полдник  |                                     | Уплотненный полдник   |                                     |
| Плов из птицы 175   | Вареники ленивые   | 180  | Шницель рыбный   | 75   | Макароны отварные  | 120                                 | Фрикадельки рыбные в  | 110                                 |
|   |  |  | натуральный  | 20   | Омлет натуральный  | 80                                  | томатном соусе  |                                     |
| Икра кабачковая 50  | Соус молочный сладкий  | 50   | соус томатный<br>Картофель отварной  | 30<br>100  | икра кабачковая  Хлеб пшеничный  | 50<br>15                            | Пюре картофельное помидор соленый   | 90 20                               |
| Хлеб пшеничный 15   |  | 15   | огурец соленый   | 20   | Чай  | 150                                 | Хлеб пшеничный  | 15                                  |
| Чай <b>15</b> 0   |  | 150  | Хлеб пшеничный   | 15   |  |                                     | Кофейный напиток без молока   | 150                                 |
|   |  |  | Чай  | 150  |  |                                     |   |                                     |
| итого полдник: 390  |  | 395  |  | 390  |  | 415                                 |   | 385                                 |
| ужин  | ужин   |  | ужин   |  | ужин   |                                     | ужин  |                                     |
| молоко кипяченное 150   | Кефир  | 150  | Молоко кипяченное  | 150  | Кефир  | 150                                 | Кефир   | 150                                 |
| Печенье 14  | Печенье  | 28   | Печенье  | 28   | Ватрушка с творогом  | 50                                  | Печенье   | 14                                  |
| итого ужин: 164   | ·  | 178  |  | 178<br>1394                                      |  | 200                                 |   | 164                                 |