

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Духовник О.Г.

18.08.2025г.



СОГЛАСОВАНО

Директор

Бекирова Г.С.

18.08.2025г.



Основное (организованное) меню

для обучающихся 1-4 классов , отнесенных к льготной категории

МБОУ «Трудовская средняя школа»

(обед)

2025г

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 7-11 лет

1 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность ,ккал	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 1							
ОБЕД	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	100	0.4	0.4	9.8	47	338	2011
Итого за прием пищи :		900	28.26	25.48	122.09	847.9		

2 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 2							
ОБЕД	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
	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	100	13.08	9.18	2.85	152	262	2011
	РИС ОТВАРНОЙ	150	2.56	4.17	26.57	154.05	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	40	3.1	0.2	20.1	94.7	к/к	2011
Итого за прием пищи :		780	23.04	21.45	96.32	680.25		

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 3							
ОБЕД	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
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	4	4.1	24.3	150.2	303	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	25.8	32.1	101.9	800.9		

4 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 4							
ОБЕД	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
	КОТЛЕТЫ	90	13.5	19.8	11.71636	281.4545	268	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	165	9	8.5	36	257.3	204	2017
	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	33.89	33.8	144.3564	1025.455		

5 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 5							
ОБЕД	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 :		950	20.27	16.69	114.7	697.4		

6 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 6							
ОБЕД	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 блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 7							
ОБЕД	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 блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 8							
ОБЕД	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		

10 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 10							
ОБЕД	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		

9 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюдо	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецептур ы	Сборник ркцептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г			
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 9							
ОБЕД	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 СЫРОМ	165	9	8.5	36	257.3	204	2017
	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 :		900	25.69	26.7	149.24	947.3		

Возраст детей	Обед
7-11 лет	8405
Среднее значение за период	840.5

НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 1		Р-Н		
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КРУПЫ РИСОВОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	220	250	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	100
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	25	50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	300
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕННОЙ	150	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	40
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	60
			ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100
	625	690		900	1100
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 2				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	100
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15/5	200/15/5	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ	200	300
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	30	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	100	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	РИС ОТВАРНОЙ	150	200
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200	200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	40
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	40
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (зефир)	25	50		780	980
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 3				
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	100	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	100
или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	300
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	120	120	ГУЛЯШ (свинина)	100	100
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	200	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	200
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	60
	660	800		770	1000
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 4				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕН.	135/50	135/50	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	300
ЧАЙ С САХАРОМ	210	210	КОТЛЕТЫ (Свинина)	90	100
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/10/5	200/15/5
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	100	100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	70
			КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье)	25	50
НЕДЕЛЯ 1	ДЕНЬ 5				
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	100	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	100
или САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	100	или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (свинина)	90	100	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	300
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	200	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	120	120
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	200	200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	50	ЧАЙ С САХАРОМ	200	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	40
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	60

	625	780	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 6		Р-Н		
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕННОЙ С М/С	220	250	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	300
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	55	55	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	250
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ	200	200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	60
	600	630	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 7				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	100
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15/5	200/15/5	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	300
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	КОТЛЕТА ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (для Марины) (свинина)	100	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ	150	200
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	200	200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	40
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	60
СДОБЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пряник)	40	50		770	1000
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 8				
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	100	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	100
или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100	РАССОЛЬНИК	200	300
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	100	БИТОЧКИ (свинина)	90	100
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	200	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	200
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	200	200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	60
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 9				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	100
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ИЗ КРУПЫ	200	300
КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	200	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	90
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/10/5	200/15/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	50	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	200
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	100	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	50
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	30
	680	780	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (зефир)	25	50
НЕДЕЛЯ 2	ДЕНЬ 10				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	100	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	100
МЯСО ДУХОВОЕ (РАГУ ИЗ МЯСА) (свинина)	240	280	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	300
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	105	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	45	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЁННОЙ	150	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	25	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	50
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	30
			ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100
	570	650		875	1085

--	--	--	--	--	--