

Семидневное меню ЩД

Наименование диет	Наименование блюда	Выход	№КР
<u>Понедельник</u>			
ЗАВТРАК			
ЩД	Каша манная с СБКС 27	200 гр	3.8.1.
ЩД	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ЩД	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
ОБЕД			
ЩД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100 гр	1.9.
ЩД	Суп картофельный с рыбой	300 гр	2.12.
ЩД	Котлета рубленая говядина	80 гр	6.16.6
ЩД	Каша гречневая вязкая	175 гр	5.26.
ЩД	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
ПОЛДНИК			
ЩД	Кефир	200 гр	8.4
ЩД	Запеканка из творога со сметаной	100 гр	4.9.
УЖИН			
ЩД	Морковь отварная с соусом	100 гр	5.30.
ЩД	Котлета рыбная	80 гр	9.1а
ЩД	Пюре картофельное	175 гр	5.22.г
ЩД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
Хлеб на день:			
ЩД	Хлеб пшеничный	300 гр	12.1.в
<u>Вторник</u>			
ЗАВТРАК			
ЩД	Сыр	22 гр	1.3.
ЩД	Каша овсяная с СБКС 27	200 гр	3.12.а
ЩД	Кофейный напиток с молоком	200 гр	8.14.
II ЗАВТРАК			
ЩД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ЩД	Морковь отварная с соусом	100 гр	5.30.
ЩД	Суп с рисом и говядиной	300 гр	2.19.
ЩД	Биточки куриные	80 гр	6.16.2
ЩД	Пюре картофельное	175 гр	5.22.г
ЩД	Компот из яблок	200 гр	8.32.
ПОЛДНИК			
ЩД	Яблоко печеное	1 шт	7.10.18.
УЖИН			
ЩД	Салат из отварных овощей (картофель, свекла, морковь) с растительным маслом	100 гр	1.18
ЩД	Тефтели из говядины	80 гр	6.28.в

ЩД	Макаронные изделия отварные	175 гр	5.29.6
ЩД	Чай с лимоном	200 гр	8.30.
Хлеб на день:			
ЩД	Хлеб пшеничный	300 гр	12.1.в
<u>Среда</u>			
ЗАВТРАК			
ЩД	Биоогурт	100 гр	19
ЩД	Каша овсяная с СБКС 27	200 гр	3.12.а
ЩД	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ЩД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ЩД	Яблоко печеное	1 шт	7.10.18.
ЩД	Суп вермешелевый	300 гр	2.32.
ЩД	Бефстроганов	100 гр	6.4б
ЩД	Каша гречневая вязкая	175 гр	5.26.
ЩД	Кисель из клюквы	200 гр	8.5.
ПОЛДНИК			
ЩД	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
УЖИН			
ЩД	Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом	100 гр	1.22.
ЩД	Суфле рыбное	100 гр	9.3.а
ЩД	Пюре картофельное	175 гр	5.22.г
ЩД	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
Хлеб на день:			
ЩД	Хлеб пшеничный	300 гр	12.1.в
<u>Четверг</u>			
ЗАВТРАК			
ЩД	Сыр	22 гр	1.3.
ЩД	Каша рисовая с СБКС 27	200 гр	3.20.д
ЩД	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ЩД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ЩД	Яблоко печеное	1 шт	7.10.18.
ЩД	Суп овощной со сметаной	300 гр	2.9.
ЩД	Котлета рубленая говядина	80 гр	6.16.6
ЩД	Рагу овощное	175 гр	5.35.а
ЩД	Компот из смородины	200 гр	8.29.
ПОЛДНИК			
ЩД	Кефир	200 гр	8.4
УЖИН			
ЩД	Омлет натуральный паровой	60 гр	4.4.
ЩД	Суфле мясное	100 гр	6.25.1
ЩД	Каша рисовая вязкая	175 гр	5.38.

ЩД	Чай	200 гр	8.21.
Хлеб на день:			
ЩД	Хлеб пшеничный	300 гр	12.1.в
<u>Пятница</u>			
ЗАВТРАК			
ЩД	Яблоко печеное	1 шт	7.10.18.
ЩД	Каша манная с СБКС 27	150 гр	3.8.1.
ЩД	Омлет натуральный паровой	60 гр	4.4.
ЩД	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ЩД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ЩД	Пюре морковное с курагой	100 гр	1.7.
ЩД	Суп с макаронными изделиями	300 гр	2.30.
ЩД	Птица отварная в сметанном соусе	100 гр	7.3.
ЩД	Каша рисовая вязкая	175 гр	5.38.
ЩД	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
ПОЛДНИК			
ЩД	Кефир	200 гр	8.4
УЖИН			
ЩД	Суфле рыбное	100 гр	9.3.а
ЩД	Пюре картофельное	175 гр	5.22.г
ЩД	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
Хлеб на день:			
ЩД	Хлеб пшеничный	300 гр	12.1.в
<u>Суббота</u>			
ЗАВТРАК			
ЩД	Каша овсяная с СБКС 27	200 гр	3.12.а
ЩД	Какао с молоком	200 гр	8.2.б
II ЗАВТРАК			
ЩД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ЩД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100 гр	1.9.
ЩД	Суп-пюре куриный	300 гр	2.23.
ЩД	Котлета рубленая говядина	80 гр	6.16.б
ЩД	Пюре картофельное	175 гр	5.22.г
ЩД	Кисель из смородины	200 гр	8.34.
ПОЛДНИК			
ЩД	Яблоко печеное	1 шт	7.10.18.
УЖИН			
ЩД	Запеканка из творога со сметаной	100 гр	4.9.
ЩД	Суфле мясное	100 гр	6.25.1

ЩД	Макаронные изделия отварные	175 гр	5.29.6
ЩД	Чай с лимоном	200 гр	8.30.
Хлеб на день:			
ЩД	Хлеб пшеничный	300 гр	12.1.в
<u>Воскресенье</u>			
ЗАВТРАК			
ЩД	Омлет натуральный паровой	60 гр	4.4.
ЩД	Каша "Дружба" с СБКС 27	150 гр	3.2.1.
ЩД	Чай с молоком	200 гр	8.24.
II ЗАВТРАК			
ЩД	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
ОБЕД			
ЩД	Рассольник	300 гр	2.8.
ЩД	Тефтели рыбные	80 гр	9.4.
ЩД	Морковь отварная с соусом	75 гр	5.30.
ЩД	Картофель отварной	100 гр	5.16.
ЩД	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
ПОЛДНИК			
ЩД	Кефир	200 гр	8.4
ЩД	Печенье	20 гр	28
УЖИН			
ЩД	Шницель рубленый	80 гр	6.29.
ЩД	Рагу овощное	175 гр	5.35.а
ЩД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
Хлеб на день:			
ЩД	Хлеб пшеничный	300 гр	12.1.в