

Семидневное меню ОВД 7			
Наименование диет	Наименование блюда	Выход	№КР
<u>Понедельник</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД 7	Каша манная с СБКС 27 без соли	200 гр	3.8.4
ОВД 7	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ОВД 7	Фрукт	1 шт	11.7.
ОБЕД			
ОВД 7	Салат из отварной свеклы с растительным маслом без соли	100 гр	1.9.аб
ОВД 7	Суп картофельный с рыбой без соли	300 гр	2.12.а
ОВД 7	Гуляш из говядины без соли	100 гр	6.14.
ОВД 7	Каша гречневая рассыпчатая без соли	175 гр	5.26.а
ОВД 7	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
ПОЛДНИК			
ОВД 7	Кефир	200 гр	8.4
ОВД 7	Запеканка из творога со сметаной без соли	60 гр	4.10.
УЖИН			
ОВД 7	Салат из моркови с сахаром с растительным маслом	100 гр	1.14.
ОВД 7	Котлета рыбная без соли	100 гр	9.1
ОВД 7	Пюре картофельное без соли	175 гр	5.22.
ОВД 7	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
Хлеб на день:			
ОВД 7	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД 7	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Вторник</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД 7	Сыр	22 гр	1.3.
ОВД 7	Каша пшенная с СБКС 27 без соли	200 гр	3.19.1а
ОВД 7	Кофейный напиток с молоком	200 гр	8.14.
II ЗАВТРАК			
ОВД 7	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД 7	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом без соли	100 гр	1.11.
ОВД 7	Суп с рисом и говядиной без соли	300 гр	2.19.а
ОВД 7	Биточки куриные без соли	100 гр	6.16.2 ж
ОВД 7	Пюре картофельное без соли	175 гр	5.22.
ОВД 7	Компот из яблок	200 гр	8.32.

ПОЛДНИК			
ОВД 7	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
УЖИН			
ОВД 7	Винегрет овощной с растительным маслом без соли	100 гр	1.4.а
ОВД 7	Тефтели из говядины без соли	100 гр	6.28.
ОВД 7	Макаронные изделия отварные без соли	175 гр	5.29.
ОВД 7	Чай с лимоном	200 гр	8.30.
Хлеб на день:			
ОВД 7	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД 7	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Среда</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД 7	Каша овсяная без соли с СБКС 27	200 гр	3.12.
ОВД 7	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ОВД 7	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД 7	Фрукт	1 шт	11.7.
ОВД 7	Щи со сметаной без соли	300 гр	2.26.а
ОВД 7	Бефстроганов без соли	100 гр	6.4
ОВД 7	Каша гречневая рассыпчатая без соли	175 гр	5.26.а
ОВД 7	Кисель из клюквы	200 гр	8.5.
ПОЛДНИК			
ОВД 7	Биоюгурт	100 гр	19
ОВД 7	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
УЖИН			
ОВД 7	Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом без соли	100 гр	1.22.а
ОВД 7	Котлета рыбная без соли	100 гр	9.1
ОВД 7	Пюре картофельное без соли	75 гр	5.22.
ОВД 7	Капуста тушеная без соли	100 гр	5.12.
ОВД 7	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
Хлеб на день:			
ОВД 7	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД 7	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Четверг</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД 7	Сыр	22 гр	1.3.
ОВД 7	Каша рисовая с СБКС 27 без соли	200 гр	3.20.1.а
ОВД 7	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			

ОВД 7	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД 7	Фрукт	1 шт	11.7.
ОВД 7	Суп куриный с вермишелью без соли	300 гр	2.13.а
ОВД 7	Котлета рубленая говядина без соли	100 гр	6.16.
ОВД 7	Рагу овощное без соли	175 гр	5.35.б
ОВД 7	Компот из смородины	200 гр	8.29.
ПОЛДНИК			
ОВД 7	Кефир	200 гр	8.4
УЖИН			
ОВД 7	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом без соли	100 гр	1.11.
ОВД 7	Говядина тушеная с картофелем без соли	250 гр	6.9.
ОВД 7	Чай	200 гр	8.21.
Хлеб на день:			
ОВД 7	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД 7	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Пятница</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД 7	Фрукт	1 шт	11.7.
ОВД 7	Каша манная с СБКС 27 без соли	150 гр	3.8.4
ОВД 7	Чай с молоком	200 гр	8.24.
II ЗАВТРАК			
ОВД 7	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД 7	Салат из моркови с сахаром с растительным маслом	100 гр	1.14.
ОВД 7	Борщ со сметаной без соли	300 гр	2.4а
ОВД 7	Птица отварная в сметанном соусе без соли	100 гр	7.3.1.а
ОВД 7	Рис отварной без соли	175 гр	5.38.а
ОВД 7	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
ПОЛДНИК			
ОВД 7	Омлет с колбасными изделиями без соли	60 гр	4.3.а
ОВД 7	Кефир	200 гр	8.4
УЖИН			
ОВД 7	Макаронные изделия отварные без соли	175 гр	5.29.
ОВД 7	Сосиска отварная	50 гр	6.24.б.
ОВД 7	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
Хлеб на день:			
ОВД 7	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в

ОВД 7	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Суббота</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД 7	Каша овсяная без соли с СБКС 27	200 гр	3.12.
ОВД 7	Какао с молоком	200 гр	8.2.б
II ЗАВТРАК			
ОВД 7	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД 7	Салат из отварной свеклы с растительным маслом без соли	100 гр	1.9.аб
ОВД 7	Суп картофельный с горохом без соли	300 гр	2.2.а.
ОВД 7	Печень тушеная в сметанном соусе без соли	100 гр	6.20.
ОВД 7	Пюре картофельное без соли	175 гр	5.22.
ОВД 7	Кисель из смородины	200 гр	8.34.
ПОЛДНИК			
ОВД 7	Фрукт	1 шт	11.7.
УЖИН			
ОВД 7	Запеканка из творога со сметаной без соли	100 гр	4.10.
ОВД 7	Биточки из говядины без соли	100 гр	6.16
ОВД 7	Макаронные изделия отварные без соли	175 гр	5.29.
ОВД 7	Чай с лимоном	200 гр	8.30.
Хлеб на день:			
ОВД 7	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД 7	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Воскресенье</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД 7	Яйцо отварное	1 шт	4.16.
ОВД 7	Каша "Дружба" с СБКС 27 без соли	200 гр	3.2.1.а
ОВД 7	Чай с молоком	200 гр	8.24.
II ЗАВТРАК			
ОВД 7	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
ОБЕД			
ОВД 7	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом без соли	100 гр	1.11.
ОВД 7	Суп-пюре из овощей без соли	300 гр	2.15.а
ОВД 7	Тефтели рыбные с томатным соусом без соли	120 гр	9.4.б
ОВД 7	Картофель отварной без соли	175 гр	5.16.а
ОВД 7	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
ПОЛДНИК			
ОВД 7	Кефир	200 гр	8.4

УЖИН			
ОВД 7	Ватрушка с творогом без соли	50 гр	10.2.
ОВД 7	Азу из говядины без соли	100 гр	6.2.
ОВД 7	Рис отварной без соли	175 гр	5.38.а
ОВД 7	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
Хлеб на день:			
ОВД 7	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД 7	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в