

Семидневное меню ОВД			
Наименование диет	Наименование блюда	Выход	№КР
<u>Понедельник</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД	Каша манная с СБКС 27	200 гр	3.8.1.
ОВД	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ОВД	Фрукт	1 шт	11.7.
ОБЕД			
ОВД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100гр	1.9.
ОВД	Суп картофельный с рыбой с пшеном	300 гр	2.12.
ОВД	Гуляш из говядины	100 гр	6.14.г
ОВД	Каша гречневая рассыпчатая	175 гр	5.26.
ОВД	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
ПОЛДНИК			
ОВД	Запеканка из творога со сметаной	100 гр	4.9.
ОВД	Кефир	200 гр	8.4
УЖИН			
ОВД	Салат из моркови с сахаром с растительным маслом	100 гр	1.14.
ОВД	Тефтели из говядины	100 гр	6.28.в
ОВД	Макаронные изделия отварные	175 гр	5.29.б
ОВД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
Хлеб на день:			
ОВД	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Вторник</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД	Сыр	22 гр	1.3.
ОВД	Каша пшеничная с СБКС 27	200 гр	3.19.1.
ОВД	Кофейный напиток с молоком	200 гр	8.14.
II ЗАВТРАК			
ОВД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	100 гр	1.11.
ОВД	Суп куриный с вермишелью	300 гр	2.13
ОВД	Биточки куриные	100 гр	6.16.2
ОВД	Картофельное пюре	175 гр	5.38.
ОВД	Компот из яблок	200 гр	8.32.

ПОЛДНИК			
ОВД	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
УЖИН			
ОВД	Винегрет овощной с растительным маслом	100 гр	1.4.
ОВД	Котлета рыбная	100 гр	9.1а
ОВД	Рис отварной	175 гр	5.38.
ОВД	Чай с лимоном	200 гр	8.30.
Хлеб на день:			
ОВД	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Среда</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД	Фрукт	1 шт	11.7.
ОВД	Каша овсяная с СБКС 27	200 гр	3.12.а
ОВД	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ОВД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД	Щи со сметаной	300 гр	2.26.
ОВД	Тефтели мясные в соусе	100 гр	6.4б
ОВД	Каша гречневая рассыпчатая	175 гр	5.26.
ОВД	Кисель из клюквы	200 гр	8.5.
ПОЛДНИК			
ОВД	Биоогурт	100 гр	19
ОВД	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
УЖИН			
ОВД	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	100 гр	1.11.
ОВД	Сосиска отварная	50 гр	6.24.б.
ОВД	Пюре картофельное	175 гр	5.22.г
ОВД	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
Хлеб на день:			
ОВД	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Четверг</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД	Сыр	22 гр	1.3.
ОВД	Масло сливочное	10 гр	1.25.
ОВД	Каша рисовая с СБКС 27	200 гр	3.20.д
ОВД	Чай	200 гр	8.21.
II ЗАВТРАК			
ОВД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД	Фрукт	1 шт	11.7.
ОВД	Рассольник	300 гр	2.8.
ОВД	Котлета рубленая говядина	100 гр	6.16.б

ОВД	Макаронные изделия отварные	175 гр	5.29.б
ОВД	Компот из смородины	200 гр	8.29.
ПОЛДНИК			
ОВД	Кефир	200 гр	8.4
УЖИН			
ОВД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100 гр	1.9.
ОВД	Говядина тушеная с картофелем	250 гр	6.9а
ОВД	Чай	200 гр	8.21.
Хлеб на день:			
ОВД	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Пятница</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД	Фрукт	1 шт	11.7.
ОВД	Каша манная с СБКС 27	150 гр	3.8.1.
ОВД	Чай с молоком	200 гр	8.24.
II ЗАВТРАК			
ОВД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД	Салат из моркови с сахаром с растительным маслом	100 гр	1.14.
ОВД	Борщ со сметаной	300 гр	2.4.
ОВД	Плов с курицей	275 гр	7.3.
ОВД	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
ПОЛДНИК			
ОВД	Омлет	60 гр	4.3.
ОВД	Кефир	200 гр	8.4
УЖИН			
ОВД	Овощное рагу	175 гр	5.29.б
ОВД	Биточки из говядины	100 гр	6.16.в
ОВД	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
Хлеб на день:			
ОВД	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Суббота</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД	Сыр	22 гр	1.3.
ОВД	Каша рисовая с СБКС 27	200 гр	3.12.а
ОВД	Какао с молоком	200 гр	8.2.б
II ЗАВТРАК			
ОВД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
ОБЕД			
ОВД	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100 гр	1.9.

ОВД	Суп картофельный с горохом	300 гр	2.2.
ОВД	Запеканка картофельная с мясом	275 гр	6.20.а
ОВД	Кисель из смородины	200 гр	8.34.
ПОЛДНИК			
ОВД	Фрукт	1 шт	11.7.
УЖИН			
ОВД	Запеканка из творога со сметаной	100 гр	4.9.
ОВД	Тефтели из говядины	100 гр	6.28.в
ОВД	Макаронные изделия отварные	175 гр	5.29.б
ОВД	Чай с лимоном	200 гр	8.30.
Хлеб на день:			
ОВД	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в
<u>Воскресенье</u>			
ЗАВТРАК			
ОВД	Яйцо отварное	1 шт	4.16.
ОВД	Каша овсяная с СБКС 27	200 гр	3.2.1.
ОВД	Чай с молоком	200 гр	8.24.
II ЗАВТРАК			
ОВД	Сок в ассортименте	200 гр	8.19.
ОБЕД			
ОВД	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	100 гр	1.11.
ОВД	Суп рисовый с курицей	300 гр	2.8.
ОВД	Тефтели рыбные с томатным соусом	100 гр	9.4.а.
ОВД	Картофельное пюре	175 гр	5.16.
ОВД	Компот из сухофруктов	200 гр	8.11.
ПОЛДНИК			
ОВД	Кефир	200 гр	8.4
УЖИН			
ОВД	Ватрушка с творогом	50 гр	10.2.б
ОВД	Азу из говядины	100 гр	6.26
ОВД	Каша гречневая рассыпчатая	175 гр	5.26.
ОВД	Напиток из шиповника	200 гр	8.17.
Хлеб на день:			
ОВД	Хлеб ржано-пшеничный	150 гр	12.2.в
ОВД	Хлеб пшеничный	150 гр	12.1.в