

<p style="text-align: center;"><u>1 ДЕНЬ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Каша рисовая жидкая на воде с м/ растительным 2. Мучное изделие пр/производства без МП 3. Какао с сахаром</p> <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <p>1.Фрукт</p> <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <p>1. Нарезка из свеклы отварной с овощами или нарезка из свежих помидоров с маслом растительным. 2. Суп гороховый с мясом и гренками с овощами 3. Мясо тушеное с капустой (Бигус) 4. Компот из изюма 5. Хлеб ржаной</p> <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <p>1. Мучное изделие пром.производства без МП 2. Компот теплый из св.плодов или ягод</p> <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <p>1. Салат "Зимний" или нарезка из свежих огурцов с м/р и яйцо отварное 2. Рыба отварная 3. Чай с сахаром 4. Хлеб пшеничный витаминиз. 5. Хлеб ржаной</p>	<p style="text-align: center;"><u>2 ДЕНЬ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Каша "Попурри" на воде с м/р 2. Кондитерское изделие пр/производства без МП 3. Кофейный напиток</p> <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Сок (85 ккал)</p> <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <p>1. Кукуруза консервированная или. нарезка из огурцов 2. Борщ "Сибирский" с мясом с овощами 3. Котлета рыбная запеченная 4. Картофель толченный по-деревенски 5.Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной 6. Хлеб пшеничный витаминиз.</p> <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <p>1. Мучное изделие пром.производства без МП 2. Чай с сахар</p> <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <p>1. Каша ячневая рассыпчатая с маслом 2. Чай с лимоном 3. Фрукты (68 ккал) 4. Хлеб пшеничный витаминизированный</p>	<p style="text-align: center;"><u>3 ДЕНЬ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Каша "Геркулесовая" жидкая на воде с м/р 2. Бутерброд с джемом или повидлом 3. Чай с сахаром</p> <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Отвар шиповника</p> <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <p>1. Салат "Степной" из разных овощей или салат зеленый с огурцами и помидорами или винегрет овощной . 2. Суп-лапша домашняя на курином бульоне с овощами 3. Курица запеченная (из грудки отварной) 4. Капуста тушеная 5. Кисель из свежих ягод 6. Хлеб ржаной 7. Хлеб пшеничный витаминиз</p> <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <p>1. Мучное изделие пром.производства без МП 2. Компот теплый из свежих плодов или ягод</p> <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <p>1. Шницель из говядины 2. Овощи припущенные с маслом растительным 3. Чай с сахаром 4. Хлеб пшеничный витаминиз. 5. Хлеб ржаной</p>	<p style="text-align: center;"><u>4 ДЕНЬ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Омлет натуральный (на воде) или яичная кашка(натуральная) 2. Мучное изделие пр/производства без МП 3. Чай зеленый с сахаром</p> <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Сок (92 ккал)</p> <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <p>1. Горошек зеленый консервированный или.нарезка из свежих помидоров с маслом растительным 2.Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом с овощами 3. Котлеты по-хлыновски с 4. Макароны изделия очищенными овощами отварные 5. Компот из апельсинов с яблоками 6. Хлеб ржаной 7. Хлеб пшеничный витаминиз</p> <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <p>1.Мучное изделие пром.производства без МП 2. Компот теплый из свежих плодов или ягод</p> <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <p>1. Гречка вязкая отварная с м/р 2. Хлеб ржаной 3.Фрукты (68 ккал) 4. Чай с сахаром</p>	<p style="text-align: center;"><u>5 ДЕНЬ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Каша ячневая жидкая с м/р 2. Кондитерское изделие пр/производства без МП 3. Кофейный напиток</p> <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <p>1. Сок (85 ккал)</p> <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <p>1. . Нарезка из свежих огурцов или овощи консервированные (огурцы) 2.Рассольник "Домашний" с овощами 3.Гуляш. 4. Картофель толченный по-деревенски с овощами 5. Компот из свежих яблок 6. Хлеб пшеничный витаминизированный 7. Хлеб ржаной</p> <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <p>1. Мучное изделие пром.производства без МП 2. Компот теплый из свежих плодов или ягод промышленного производства</p> <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <p>1. Салат из моркови с яблоками или нарезка из 2..Котлета рубленая из птицы, припущенная/грудка 3. Фрукты (68 ккал) 4. Чай с сахаром 5. Хлеб ржаной</p>
--	---	--	--	---

<p style="text-align: center;">6 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша пшеничная жидкая на воде с м/р 2. Бутерброд с джемом или повидлом 3. Какао с сахаром <p style="text-align: center;">ВТОРОЙ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Отвар шиповника <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Морковь и свекла отварные с маслом или нарезка из свежих огурцов с м/р или овощи консервированные (огурцы) 2.. Суп из овощей с мясом с овощами 3. Плов из говядины с овощами 4. Кисель из свежих ягод 5. Хлеб пшеничный витаминизированный 6. Хлеб ржаной <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мучное изделие пром.производства без МП 2. Компот теплый из свежих плодов или ягод <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Блин пшеничный с джемом или повидлом 2. Чай с сахаром 3. Фрукты (55 ккал) 	<p style="text-align: center;">7 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша сборная на воде с м/р 2. Мучное изделие пр/производства без МП 3. Чай с лимоном <p style="text-align: center;">ВТОРОЙ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сок обогащенный в/м (92 ккал) <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Свекла отварная с маслом растительным или нарезка из свежих помидоров с маслом растительным 2. Суп с макаронными издел. с мясными фрикадельками с овощами 3. Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами 4. Картофель отварной с м/р с овощами . 5. Компот из изюма 6. Хлеб пшеничный витаминизированный 7. Хлеб ржаной <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мучное изделие пром.производства без МП промышленного производства 2. Сок (73 ккал) <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Винегрет овощной или салат зеленый с огурцами и помидорами 2. Биточек из говядины 3. Какао с сахаром 4. Фрукты (90 ккал) 5. Хлеб пшеничный витаминизированный 6. Хлеб ржаной 	<p style="text-align: center;">8 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша ячневая жидкая с м/р 2. Кондитерское изделие пр/производства без МП 3. Кофейный напиток <p style="text-align: center;">ВТОРОЙ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сок обогащенный в/м (92 ккал) <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Овощи консервированные (огурцы) или нарезка из свежих овощей с м/р 2. Суп "Волна" на курином бульоне с овощами 3. Курица отварная (грудка) 4. Капуста тушеная 5. Картофель толченый по-деревенски 6. Компот из свежих яблок 7. Хлеб ржаной 8. Хлеб пшеничный витаминиз <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мучное изделие пром.производства без МП 2. Компот теплый из свежих плодов или ягод <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша рисовая жидкая на воде с м/р 2. Чай с сахаром 3. Фрукты (90 ккал) 4. Хлеб ржаной 	<p style="text-align: center;">9 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша манная жидкая на воде с м/р 2. Мучное изделие пр/производства без МП 3. Чай с сахаром <p style="text-align: center;">ВТОРОЙ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фрукты (55 ккал) <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Морковь отварная с маслом с овощами или. нарезка из свежих огурцов с м/р 2. Свекольник со сметаной 3. Жаркое по-домашнему 4. Компот из кураги 5. Хлеб ржаной 6. Хлеб пшеничный витаминизированный. <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мучное изделие пром.производства без МП промышленного производства 2. Компот теплый из свежих плодов или ягод <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Капуста тушеная с очищенными овощами 2. Котлета рыбная натуральная 3. Хлеб пшеничный витаминизированный 5.Хлеб ржаной 6. Чай с сахаром 	<p style="text-align: center;">10 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша "Геркулесовая" жидкая на воде с м/р 2. Бутерброд с джемом или повидлом 3. Чай с лимоном <p style="text-align: center;">ВТОРОЙ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Отвар шиповника <p style="text-align: center;">ОБЕД</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Горошек зелен. . или кукуруза консервированные или нарезка из перца и огурцов свежих с зеленью. 2. Уха рыбацкая с овощами или уха рыбацкая/минтай с овощами 3. Котлеты, биточки из говядины 4. Гречка вязкая с маслом растительным 5. Кисель из свежих ягод 6. Хлеб ржаной 7. Хлеб пшеничный витаминизированный. <p style="text-align: center;">ПОЛДНИК</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мучное изделие пром.производства без МП 2. Сок (120 ккал) <p style="text-align: center;">УЖИН</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Биточки рубленые из птицы припущенные (грудка) 2. Макароны изделия отварные 3. Чай зеленый с сахаром 4. Фрукты (43 ккал) 5. Хлеб ржаной
---	---	--	--	--

<p style="text-align: center;">11 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> Кулеш пшеничный на воде с м/р Мучное изделие пр/производства без МП Кофейный напиток <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Сок (85 ккал) <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Нарезка из свежих овощей с м/р или. овощная икра или свекла отварная с маслом растительным Рассольник ленинградский с мясом Рыба (минтай) припущенная с овощами Картофель толченый по-деревенски Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный витаминиз. <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Мучное изделие пром.производства без МП Мучное изделие пром.производства без МП <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Блин пшеничный с джемом или повидлом Цикорий с сахаром 	<p style="text-align: center;">12 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> Макаронные изделия отварные Компотик теплый из свежих плодов или ягод <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Отвар шиповника <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным или салат "Степной" из разных овощей Борщ из свежей капусты с картофелем Печень по-деревенски Рис припущенный с м/р Компот из свежих ягод Хлеб ржаной Хлеб пшеничный витаминиз. <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Мучное изделие пром.производства без МП . Сок (73 ккал) <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Салат из отварного картофеля с огурцами солеными и растительным маслом Котлета рубленая из птицы, припущенная/грудка Чай с сахаром Хлеб ржаной Хлеб пшеничный витам. Фрукты (90 ккал) 	<p style="text-align: center;">13 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> Каша пшеничная жидкая на воде с м/р Фрукты (90 ккал) Чай с лимоном <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Сок обогащенный в/м (92 ккал) <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Овощи консервированные (огурцы) или нарезка из свежих огурцов Суп картофельный с рыбными фрикадельками Рагу из овощей с отварным мясом с томатом Компот из кураги Хлеб ржаной Хлеб пшеничный витаминиз <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Мучное изделие пром.производства без МП Чай с сахаром <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Морковная запеканка с очищенными овощами Какао с сахаром Фрукты (56 ккал) 	<p style="text-align: center;">14 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> Гречка вязкая отварная с м/р Мучное изделие пр/производства без МП Кофейный напиток <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Сок (85 ккал) <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Морковь отварная с маслом или нарезка из свежих овощей с м/р Суп из овощей на курином бульоне Курица запеченная (из грудки отварной) Макаронные изделия отварные Компот из свежих яблок Хлеб ржаной Хлеб пшеничный витаминиз <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Печенье овсяное пром.производства Компот из изюма <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Рыба (минтай) запеченная Картофель толченый по-деревенски Чай с сахаром Хлеб ржаной Хлеб пшеничный витаминиз. 	<p style="text-align: center;">15 ДЕНЬ ЗАВТРАК</p> <ol style="list-style-type: none"> Омлет натуральный (на воде) Горошек зеленый консервированный Бутерброд с джемом или повидлом Чай зеленый с сахаром <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Сок обогащенный в/м (92 ккал) <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Винегрет овощной или салат из свеклы с огурцами Суп картофельный с крупой с мясом Тефтели из говядины Капуста тушеная Кисель из свежих ягод Хлеб ржаной Хлеб пшеничный витаминиз. <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Мучное изделие пром.производства без МП Сок (73 ккал) <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Каша ячневая рассыпчатая с маслом Чай с сахаром Фрукты (43 ккал)
---	---	--	--	--

<p style="text-align: center;">16 ДЕНЬ <u>ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша "Геркулесовая" жидкая на воде с м/р 2. Бутерброд с джемом или повидлом 3. Чай с лимоном <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сок (89 ккал) <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Нарезка из свежих огурцов с м/р или свекла отварная с маслом растительным 2. "Бабушкин" суп с мясом 3. Котлета по- Волжски 4. Картофель отварной с м/р 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной 7. Хлеб пшеничный витам. <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мучное изделие пром.производства без МП 2. Чай с сахаром <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Запеканка овощная 2. Цикорий с сахаром 3. Хлеб пшеничный витаминиз 4. Хлеб ржаной 	<p style="text-align: center;">17 ДЕНЬ <u>ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша рисовая жидкая на воде с м/р 2. Мучное изделие пр/производства без МП 3. Кофейный напиток <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сок обогащенный в/м (92 ккал) <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Нарезка из свежих помидоров с маслом или из свеклы отварной 2. Щи из свежей капусты на курином бульоне 3. Биточки рубленые из птицы (грудка), припущенные 4. Картофель толченый по-деревенски с 5. Компот из свежих яблок + вит 6. Хлеб ржаной 7. Хлеб пшеничный витаминиз <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Булочка "Оригинальная" промышлен. производства 2. Чай с сахаром <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Блин пшеничный с джемом или повидлом 2. Чай зеленый с сахаром 3. Фрукты (51 ккал) 	<p style="text-align: center;">18 ДЕНЬ <u>ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Макаронные изделия отварные 2. Мучное изделие пр/производства без МП 3. Какао с молоком <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Отвар шиповника <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салат зеленый с огурцами и помидорами или морковь отварная с маслом 2. Суп крестьянский с мясом 3. Котлеты по-хлыновски 4. Капуста тушеная с очищенными овощами 5. Картофель припущенный с м/р с зеленью 6. Кисель из свежих ягод 7. Хлеб ржаной 8. Хлеб пшеничный витаминизированный <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кулебяка с рыбой 2. Сок обогащенный в/м (122 ккал) <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пюре из гороха с маслом растительным 2. Чай с сахаром 3. Фрукты (23 ккал) 	<p style="text-align: center;">19 ДЕНЬ <u>ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша пшенная жидкая на воде с м/р 2. Бутерброд с джемом или повидлом 3. Цикорий с молоком <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сок <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Горошек зеленый консервированный или нарезка из свежих огурцов с м/р или овощи консервированные (огурцы) 2. Суп картофельный на вегетарианском бульоне 3. Шницель рыбный натуральный 4. Рис припущенный с овощами с очищенными овощами 5. Компот из кураги 6. Хлеб ржаной 7. Хлеб пшеничный витаминиз. <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Булочка домашняя 2. Чай с сахаром <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из отвар. картофеля с огурцами солеными и раст. маслом или салат Мозаика 2. Пудинг из говядины 3. Чай с лимоном 4. Хлеб ржаной 5. Хлеб пшеничный витамин. 	<p style="text-align: center;">20 ДЕНЬ <u>ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Каша 5 злаков с м/р 2. Кондитерское изделие пр/производства без МП 3. Чай зеленый с сахаром <p style="text-align: center;"><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сок обогащенный в/м (92 ккал) <p style="text-align: center;"><u>ОБЕД</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Нарезка из свежих овощей с м/р или нарезка овощная с маслом растительным 2. Свекольник на мясном бульоне 3. Запеканка картофельная с мясом отварным 4. Компот из апельсинов с яблоками 5. Хлеб ржаной 6. Хлеб пшеничный витаминиз. <p style="text-align: center;"><u>ПОЛДНИК</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Булочка "Осенняя" или. мучное изделие пром.производства без МП 2. Компотик теплый из свежих плодов или ягод <p style="text-align: center;"><u>УЖИН</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Рагу овощное 2. Чай с сахаром 3. Хлеб ржаной 4. Хлеб пшеничный витаминиз. 5. Фрукты (96 ккал)
---	--	--	---	--