|  |  |
| --- | --- |
| **1 неделя-1 день** | **1 неделя- 2 день** |
| **Наименование блюда** | **Вес (грамм)** | **Наименование блюда** | **Вес (грамм)** |
| **Завтрак**Масло сливочное порционноеСыр порционныйКаша пшенная молочная Чай с сахаром и лимономХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Фрукт по сезону**Обед**Суп гороховый на мясном бульоне со свининойКотлета рубленая из курицыРис отварнойСалат из свеклыКомпот из сухофруктовХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Картофель и овощи тушеные в соусеЧай с сахаромКондитерское изделие без кремаХлеб пшеничный**Итого за день: 1684,3 ккал** | 510160180/220100200/5701005018040202001803030 | **Завтрак**Джем фруктовый Масло сливочное порционноеКаша геркулесовая молочная жидкаяКофейный напиток на молокеХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Сок фруктовый или овощной**Обед**Борщ со сметанойПечень говяжья в соусеМакаронные изделия отварныеНапиток ягодный по сезонуХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Сельдь с/сКартофельное пюреЧай «каркаде»Фрукты по сезону**Итого за день: 1603,2 ккал** | 20516018030100200/1050/50130180353035120180100 |
| **1 неделя- 3 день** | **1 неделя – 4 день** |
| **Наименование блюд**  | **Вес (грамм)** | **Наименование блюд** | **Вес (грамм)** |
| **Завтрак**Масло сливочное порционноеКаша «дружба» молочная жидкаяНапиток «здоровье»Хлеб пшеничный**2 ой завтрак**Фрукты по сезону**Обед**Рассольник со свининой и сметанойРыба запеченная в яйцеОвощное пюреКомпот из сухофруктовХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный ужин**Пудинг рисовый с джемомЧай с сахаромКондитерское изделие без крема**Итого за день : 1647,97 ккал** | 516018030100200/10/5701301804030170/3018030 | **Завтрак** Сыр порционныйКаша манная молочная жидкаяЧай с сахаромХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Сок фруктовый или овощной**Обед**Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметанойОладьи из печени с морковьюПюре картофельноеКомпот из черносливаХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Рагу овощноеЧай с сахаромКондитерское изделиеХлеб пшеничный**Итого за день : 1534,8 ккал**  | 1016018030100200/10/57013018040301801803030 |

|  |  |
| --- | --- |
| **1 неделя- 5 день** | **2 неделя – 6 день** |
| **Наименование блюд**  | **Вес (грамм)** | **Наименование блюд** | **Вес (грамм)** |
| **Завтрак**Масло сливочное порционноеОмлет натуральныйГорошек зеленый консервирован.Какао с молокомХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Фрукты по сезону**Обед**Суп картофельный с рыбными консервамиГуляш из мяса свининыГреча отварная рассыпчатаяКомпот из свежих плодовХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Запеканка из творога с молоком сгущеннымМолоко кипяченоеХлеб пшеничный**Итого за день : 1681,3 ккал** | 51003018030100200/1050/501301804030120/3010030 | **Завтрак**Масло сливочное порционноеДжем фруктовый Каша гречневая молочная жидкаяКакао с молоком сгущеннымХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Напиток витаминизированный**Обед**Суп картофельный с бобовыми и мясом Курица тушеная с овощамиКомпот из свежих плодовХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Овощи припущенные в молочном соусеЧай с сахаромКондитерское изделиеХлеб пшеничный**Итого за день : 1671,9 ккал** | 52016018030100200/550/15018040302001803030 |
| **2 неделя- 7день** | **2 неделя – 8 день** |
| **Наименование блюд**  | **Вес (грамм)** | **Наименование блюд** | **Вес (грамм)** |
| **Завтрак**Сыр порционныйКаша кукурузная молочная жидкаяКофейный напиток на молокеХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Фрукты по сезону**Обед**Щи из свежей капусты с мясом со сметанойЕжики мясные с соусомНапиток из ягодный по сезонуХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Зразы картофельные, соус молочныйЧай с сахаром и лимономБулочка свежаяХлеб ржаной**Итого за день : 1628,9 ккал** | 1016018030100200/10/5120/501803530120/50180/27020 | **Завтрак**Масло сливочное порционноеДжем фруктовый Каша пшеничная молочнаяКисломолочный продуктХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Сок фруктовый или овощной**Обед**Суп картофельный с яйцомКотлеты рыбныеРис отварнойОвощи свежие или консервированныеПорционныеКомпот из курагиХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Жаркое с курицейЧай с сахаромХлеб ржаной**Итого за день : 1661,2 ккал** | 520160100301002007013030180353020018020 |

|  |  |
| --- | --- |
| **2 неделя- 9 день** | **2 неделя –10 день** |
| **Наименование блюд**  | **Вес (грамм)** | **Наименование блюд** | **Вес (грамм)** |
| **Завтрак** Сыр порционныйКаша ячневая молочная жидкаяЧай с сахаром и молокомХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Фрукты по сезону**Обед**Свекольник по-домашнему со сметанойТефтели из говядиныГреча отварная рассыпчатаяОвощи свежие порционныеНапиток витаминизированныйХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Омлет натуральныйИкра кабачковаяХлеб пшеничныйЧай «каркаде»**Итого за день : 1607 ккал** | 1016018030100200/1070/501303010040301005030180 | **Завтрак**Масло сливочное порционноеКаша рисовая молочная жидкаяКофейный напиток на молокеХлеб пшеничный**2 ой завтрак**Сок фруктовый или овощной**Обед**Суп –лапша домашняя с курицейСуфле из курицыПюре картофельноеКомпот из сухофруктовХлеб ржанойХлеб пшеничный**Уплотненный полдник**Макароны запеченные с сыромЧай с сахаромХлеб пшеничный**Итого за день : 1733,98** | 516018030100200/1070130180303018018030 |