

**Первый день 11 лет и старше**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная манная с маслом	250/10
Бутерброд с маслом и джемом	40/10/20
Чай с сахаром ,с молоком	200
<b>Обед</b>	
Щи из свежей капусты с курицей ,сметаной	250/30/10
Каша рассыпчатая гречневая	200
Гуляш из говядины	60/60
Компот из свежих плодов	200
Помидоры свежие	100
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Булочка домашняя	60
Яблоки	250
<b>Ужин</b>	
Жаркое по домашнему	250/80
Огурцы свежие	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Кефир	200
Печенье	40.00

## Второй день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная ячневая с маслом	250/10
Бутерброд с маслом, с сыром	40/10/30
Кофейный напиток с молоком	200
<b>ОБЕД</b>	
Суп картофельный с горохом, с говядиной	250/30
Макаронные изделия отварные с маслом	200
Тефтели мясные	100
Соус сметанный с томатом	30
Компот из смеси сухофруктов	200
Огурцы свежие	100
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	
Груша	200
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150
<b>Ужин</b>	
Поджарка из говядины с тушеными овощами	
Помидоры свежие	250/70
Чай с лимоном	100
Хлеб пшеничный	200/15/7
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Снежок	200
Вафли	40

### Третий день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Хлопья с молоком	250
Бутерброд горячий с сыром	50
Какао с молоком	200
<b>Обед</b>	
Борщ с капустой,картофелем и говядиной	250/30/10
Рис припущенный	200
Соус сметанный	30
Рыба запеченая с яйцом	120
Помидоры свежие	100
Напиток из клюквы	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Бисквит Барни	30
Некторины	120
<b>Ужин</b>	
Картофель запеченый под сыром	200.00
Птица отварная	130.00
Салат из капусты(урожай 2021 г,) с морковью	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Итого:</b>	
<b>Ужин 2-ой</b>	
Ряженка	200
Пряники	55

### Четвертый день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная овсянная с маслом	250/10
Яйцо вареное	40
Бутерброд с маслом	40/10
Чай с сахаром ,с молоком	200
<b>Итого:</b>	
<b>Обед</b>	
Суп с макаронами ,с картофелем и курицей	250/30
Пюре картофельное	200
Биточки мясные	120
Огурцы свежие	100
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Итого:</b>	
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Ватрушка с творогом	60.00
Мандарины	250
<b>Итого:</b>	
<b>Ужин</b>	
Плов из птицы	250/60
Помидоры свежие	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Итого:</b>	
<b>Ужин 2-ой</b>	
Йогурт	200
<b>Итого:</b>	

## Пятый день детей детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная пшенная с маслом	250/10
Бутерброд с маслом, с сыром	40/10/30
Кофейный напиток с молоком	200
<b>Обед</b>	
Щи из свежей капусты с курицей , сметаной	250/30/10
Макароны отварные с маслом	200
Рулет мясной с луком и яйцом	120
Помидоры свежие	100
Компот из изюма	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Кекс с изюмом	65
Бананы	250
<b>Ужин</b>	
Рагу из птицы	250/70
Салат из свежих огурцов и помидоров	100
Чай с лимоном	200/15/7
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Кефир	200
Вафли	40

## Шестой день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Омлет натуральный	200
Бутерброд с маслом	40/10
Какао с молоком	200
<b>Обед</b>	
Суп из овощей с говядиной	250/30/10
Каша рассыпчатая гречневая	200
Птица тушеная в соусе	60/60
Напиток из клюквы	200
Огурцы свежие	100
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Запеканка из творог со сгущенным молоком	200/25
Яблоки	150
<b>Ужин</b>	
Поджарка из говядины с тушеными овощами	250/70
Помидоры свежие	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Ряженка	200
Пряники	55

Седьмой день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная кукурузная с маслом	250/10
Бутерброд с маслом и джемом	40/10/20
Чай с сахаром ,с молоком	200
<b>Обед</b>	
Рассольник Ленинградский с говядиной ,сметаной	250/30/10
Пюре картофельное	200
Котлета рыбная	120
Помидоры свежие	100
Компот из смеси сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Булочка домашняя	60
Груша	250
<b>Ужин</b>	
Пельмени мясные отварные	200
Салат из свежих огурцов и помидоров	100
Чай с лимоном	200/15/7
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Йогурт	200
Печенье	40.00

Восьмой день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная пшеничная с маслом	250/10
Яйцо вареное	40
Бутерброд с маслом	40/10
Кофейный напиток с молоком	200
<b>Обед</b>	
Суп картофельный с горохом ,с говядиной	250/30
Капуста тушеная	100
Пюре картофельное	100
Котлеты рубленые из птицы	120
Огурцы свежие	100
Напиток из плодов шиповника	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Бисквит Барни	30
Некторины	120
<b>Ужин</b>	
Запеканка картофельная с мясом	250/50
Салат из свежих помидоров	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Снежок	200
Вафли	40



Девятый день детей 11 лет истарше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная ячневая с маслом	250/10
Бутерброд с маслом,с сыром	40/10/30
Какао с молоком	200
<b>Обед</b>	
Борщ с капустой,картофелем и говядиной	250/30/10
Макароны отварные с маслом	200
Печень тушенная в соусе	60/60
Помидоры свежие	100
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Булочка с изюмом	50.00
Мандарины	250
<b>Ужин</b>	
Жаркое по домашнему	250/80
Огурцы свежие	100
Чай с лимоном	200/15/7
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Кефир	200

Десятый день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Запеканка из творог со сгущенным молоком	200/25
Бутерброд с шоколадным маслом	40/20
Чай с сахаром ,с молоком	200
<b>Обед</b>	
Щи из свежей капусты с курицей ,сметаной	250/30/10
Рис припущенный	200
Рыба запеченая с яйцом	120
Соус сметанный	30
Помидоры свежие	100
Напиток из брусники	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Булочка с маком	50
Бананы	250
<b>Ужин</b>	
Пюре картофельное	200
Птица отварная	130.00
Огурцы свежие	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Снежок	200
Печенье	40.00

Одинадцатый день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда

1

**Завтрак**

Хлопья с молоком

Бутерброд горячий с сыром

Кофейный напиток с молоком

**Обед**

Суп картофельный с горохом ,с говядиной

Каша рассыпчатая гречневая

Бефстроганов

Огурцы свежие

Компот из изюма

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

**Полдник**

Сок фруктовый

Пряники

Яблоки

**Ужин**

Капуста тушеная

Пюре картофельное

Котлеты рубленые из птицы

Чай с сахаром

Помидоры свежие

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

**Ужин 2-ой**

Ряженка

Вафли

Тринадцатый день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная овсянная с маслом	250/10
Бутерброд с маслом и джемом	40/10/20
Чай с сахаром ,с молоком	200
<b>Обед</b>	
Рассольник Ленинградский с говядиной	250/30/10
Пюре картофельное	200
Тефтели мясные	100
Огурцы свежие	100
Компот из смеси сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Кекс с изюмом	65
Мандарины	250
<b>Ужин</b>	
Бигус с птицей	250/60
Салат из свежих огурцов и помидоров	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Йогурт	200
Пряники	55

Четырнадцатый день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная пшеничная с маслом	250/10
Бутерброд с маслом, с сыром	40/10/30
Кофейный напиток с молоком	200
<b>Обед</b>	
Суп с макаронами, с картофелем и курицей	250/30
Рис припущенный	200
Котлета Дружба	120
Помидоры свежие	100
Соус сметанный с томатом	30
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Булочка с маком	50
Бананы	250
<b>Ужин</b>	
Запеканка картофельная с мясом	250/50
Салат из свежих огурцов	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Снежок	200
Вафли	40

Четырнадцатый день детей 11 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (г)
1	2
<b>Завтрак</b>	
Каша молочная пшеничная с маслом	250/10
Бутерброд с маслом, с сыром	40/10/30
Кофейный напиток с молоком	200
<b>Обед</b>	
Суп с макаронами, с картофелем и курицей	250/30
Рис припущенный	200
Котлета Дружба	120
Помидоры свежие	100
Соус сметанный с томатом	30
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Полдник</b>	
Сок фруктовый	200
Булочка с маком	50
Бананы	250
<b>Ужин</b>	
Запеканка картофельная с мясом	250/50
Салат из свежих огурцов	100
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Ужин 2-ой</b>	
Снежок	200
Вафли	40