

# ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

## День первый

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/200	Каша молочная вязкая	
10/30	Масло сливочное (порциями)	
1/200	Чай с сахаром	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Суп картофельный с бобовыми изделиями на мясном бульоне	
1/50/50	Печень тушеная в соусе	
1/150	Рис припущенный	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/500	Кисломолочные продукты	
1/70-100	Кондитерские изделия	
<b>УЖИН</b>		
1/50	Птица тушеная в соусе	
1/150	Картофельное пюре	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День второй

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/200/20	Макаронные изделия отварные с сыром	
1/10	Масло сливочное (порциями)	
1/200	Чай с сахаром	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	
1/75/75	Рыба тушеная в томате с овощами	
1/150	Картофельное пюре	
1/200	Компот из сухофруктов	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/250-350	Фрукты	
1/500	Кисломолочные изделия	
<b>УЖИН</b>		
1/150	Каша рассыпчатая	
1/50/50	Котлета мясная соус	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День третий

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/200	Каша молочная жидкая	
1/10/15	Масло сливочное (порциями) Сыр (порциями)	
1/200	Чай с сахаром	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Борщ с капустой свежей с картофелем на мясном бульоне	
1/100	Винегрет овощной	
1/50/50	Котлета мясная ,соус	
1/100	Каша рассыпчатая	
1/200	Чай с сахаром и лимоном	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/500	Кисломолочные продукты	
<b>УЖИН</b>		
1/100	Говядина тушеная с соусом	
1/200	Картофель отварной	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День четвертый

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/250	Суп молочный с макаронными изделиями	
1/10/20	Масло сливочное (порциями) Повидло	
1/200	Чай с сахаром	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/265	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	
1/325	Жаркое по-домашнему	
1/200	Чай с сахаром и лимоном	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/250-300	Фрукты	
<b>УЖИН</b>		
1/250	Плов	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День пятый

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/150/20	Запеканка из творога Соус сметанный	
1/200	Чай с сахаром	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	
1/150	Каша рассыпчатая	
1/60/50	Тефтели рыбные, соус	
1/200	Компот из сухофруктов	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/200-350	Фрукты	
1/50-100	Кондитерские изделия	
<b>УЖИН</b>		
1/300	Рагу из птицы	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	



## День шестой

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/200	Каша молочная жидкая с крупой	
1/10/20	Масло сливочное (порциями) Сыр (порциями)	
1/200	Какао с молоком	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	
1/150	Макаронные изделия отварные	
1/75/50	Печень тушеная в соусе	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/500	Кисломолочные продукты	
<b>УЖИН</b>		
1/50/50	Птица тушеная в соусе	
1/150	Каша рассыпчатая	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День седьмой

ОБЕД		
1/250/12	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	
1/250	Капуста свежая тушеная с птицей	
1/200	Чай с сахаром и лимоном	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
ПОЛДНИК		
1/950	Сок фруктовый	
УЖИН		
1/100	Салат из квашеной капусты	
1/75/50	Гуляш	
1/150	Картофельное пюре	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День восьмой

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/200	Каша молочная жидкая с крупой	
10/30	Масло сливочное (порциями) Сыр (порциями)	
1/200	Чай с сахаром	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	
1/75/50	Котлета , соус	
1/150	Рис отварной	
1/200	Чай с сахаром и лимоном	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/500	Кисломолочные изделия	
<b>УЖИН</b>		
1/325	Рагу из птицы с картофелем	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	



## День девятый

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/200/30	Макаронные изделия отварные с сыром	
1/10/20	Масло сливочное (порциями) Повидло	
1/200	Чай с сахаром	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	
1/50/50	Печень по-строгановски	
1/150	Каша рассыпчатая	
1/200	Компот из сухофруктов	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/500	Кисломолочные изделия	
<b>УЖИН</b>		
1/60	Тефтели, соус	
1/150	Картофельное пюре	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День десятый

<b>ЗАВТРАК</b>		
1/150/20	Запеканка из творога Соус сметанный	
1/200	Чай с сахаром	
1/60	Батон	
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	
1/50/50	Рыба тушеная в томате с овощами	
1/150	Картофельное пюре	
1/200	Чай с сахаром и лимоном	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/50-100	Кондитерские изделия	
<b>УЖИН</b>		
1/150	Каша рассыпчатая	
1/75/50	Говядина тушеная с соусом	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День одиннадцатый

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Щи с капустой свежей с картофелем на мясном бульоне	
1/250	Плов	
1/200	Компот из сухофруктов	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/250-300	Фрукты	
1/950	Сок фруктовый	
<b>УЖИН</b>		
1/300	Рагу из птицы с картофелем	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День двенадцатый

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	
1/100	Икра овощная	
1/60/50	Тефтели с соусом	
1/150	Бобовые отварные	
1/200	Чай с сахаром и лимоном	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/200-350	Фрукты	
1/950	Сок фруктовый	
<b>УЖИН</b>		
1/150	Макаронные изделия отварные	
1/50/50	Печень тушеная в соусе	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	

## День тринадцатый

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Борщ с капустой свежей с картофелем на мясном бульоне	
1/150	Макаронные изделия отварные	
1/75/50	Печень тушеная в соусе	
1/200	Компот из сухофруктов	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/250-300	Фрукты	
1/950	Сок фруктовый	
<b>УЖИН</b>		
1/75/50	Рыба тушеная в томате с овощами	
1/150	Картофельное пюре	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	



## День четырнадцатый

<b>ОБЕД</b>		
1/250/12	Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	
1/75/50	Птица тушеная в соусе	
1/150	Картофельное пюре	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	
<b>ПОЛДНИК</b>		
1/950	Сок фруктовый	
1/200-300	Фрукты	
<b>УЖИН</b>		
1/50-100	Икра овощная	
1/250	Плов	
1/200	Чай с сахаром	
1/40	Хлеб пшеничный	
1/30	Хлеб ржано-пшеничный	