

СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 г.

УТВЕРЖДАЮ



Селезнева

31.12.2022
_____ 20 г.

**12 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
№2401 от 06 сентября 2022г.
для питания детей с заболеванием сахарный диабет**

в 12-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №12-ШК-ЗО/3590-20/119 от 10.08.2022 г.,
имеющее экспертное заключение о соответствии требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20
(№24/Д от 30.08.2022г., выданное Центром гигиены и эпидемиологии в Тюменской области)
внесены изменения по исключению или существенному ограничению легкоусвояемых углеводов.

**Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.
Приемы пищи: завтрак, обед.**

г. Тюмень, 2022г.

**Меню приготавливаемых блюд
для питания детей школьного возраста с заболеванием сахарный диабет
завтрак, обед**

12 - ти дневное меню №2401 от 06 сентября 2022 г

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Электронный вариант

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			530	18,6	18,8	52,6	453,7	
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	10,6	114	№1-2004
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом			200	7,5	7,7	23,0	191	№311-2004
Какао с молоком			180	3,1	2,7	4,1	53	№496-2013, Пермь
Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте	115	115	115	5,7	1,0	5,5	54	
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>			20	0,5	0,3	9,4	42	
ОБЕД			790	20,3	20,4	94,6	633,0	
Салат из свеклы отварной с чесноком			80	1,1	4,0	5,5	62	№22-2004, Пермь
ИЛИ								
Помидор консервированный или свежий			80	0,5	0,2	3,4	17	№101-2004, №71-2006, Москва

Суп с овощами и крупой, с мясом			250/10	5,8	4,8	8,3	100	№16/2-2011, Екатеринбург
Фрикадельки из птицы припущенные со сметаной (2 шт. по 50 г.)			100	9,2	10,2	7,8	160	№410-2013, Пермь
Пюре картофельное			150	3,3	3,6	22,3	135	№520-2004
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара в ассортименте	200	200	200	0,5	0,0	34,0	138	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			40	1,0	1,6	18,8	84	
ИТОГО:				38,8	39,1	147,2	1087	

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			595	17,1	13,4	68,1	461,4	
Бутерброд с сыром			30/15	4,6	3,2	17,4	117	№3-2004
Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим			180/20	12,1	10,2	23,7	235	№362-2004
Чай с лимоном			200	0,1	0,0	1,5	6	№686-2004
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			150	0,3	0,0	25,5	103	№458-2006, Москва
ОБЕД			795	19,8	23,9	86,5	630,7	
Винегрет овощной			80	1,0	4,0	6,7	67	№71-2004
ИЛИ								
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания (без содержания сахара в составе)	84	80	80	1,5	3,7	6,2	64	№115-2013, Пермь
ИЛИ								

Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1,0	44	№14/1-2011г., Екатеринбург		
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5		4,3	5,1	15,0	№110-2004		
Печень, тушеная с овощами (с уменьшенным количеством муки)	100	9,1	10,4	4,5	148	№439-2004		
ИЛИ								
Гуляш (с уменьшенным количеством муки в соусе)	100	11,0	14,3	5,0	193	№152-2004, Пермь		
Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	№516-2004		
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	5,2	23	№508-2013, Пермь		
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>	40	1,0	1,6	18,8	84			
ИТОГО:			36,9	37,3	154,6	1092		
3 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			500	10,2	17,3	79,7	515,0	
<i>Масло сливочное (несоленое) (порциями)</i>	10	10	10	0,2	7,3	0,1	67	№96-2004
Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте диетического назначения			40	3,6	2,2	48,8	229	
Суп молочный с крупой			250	5,8	7,5	20,8	174	№164-2013, Пермь
Чай без сахара			200	0,1	0,0	0,6	3	№685-2004
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>			20	0,5	0,3	9,4	42	
ОБЕД			830	24,9	25,9	93,3	706,1	

Салат из свеклы с зеленым горошком			80	2,1	4,0	11,2	89	№58-2013, Пермь
ИЛИ								
Салат из свежих помидоров с зеленым горошком			80	1,4	4,1	7,5	73	№23-2013, Пермь
Уха рыбацкая			250/50	9,3	7,2	10,4	144	№181-1996
Мясо, тушеное с картофелем			250	12,7	14,3	34,7	318	№54-9м-2020,2021, Новосибирск
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара в ассортименте	200	200	200	0,1	0,0	22,9	92	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			30	0,7	0,4	14,1	63	
ИТОГО:				35,0	43,1	173,0	1221	
4 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			560	27,6	30,1	33,1	513,7	
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	10,6	114	№1-2004
Омлет натуральный			200	22,7	20,5	2,4	285	№340-2004
Чай с молоком			200	2,8	2,5	5,9	57	№495-2013, Пермь
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			130	0,3	0,0	14,2	58	№458-2006, Москва
ОБЕД			790	25,4	30,8	70,2	642,1	
Салат из отварной моркови с огурцом			80	0,9	4,0	3,3	53	№21-2004
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной			250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	№142-2013, Пермь

Курица запеченная	90	13,8	13,0	0,0	172	№494-2004
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	№510-2004
Компот из ягод	200	0,2	0,0	1,9	8	№513-2013, Пермь
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>	70	1,8	2,8	32,9	147	
ИТОГО:		53,0	60,9	103,3	1156	

5 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			595	10,4	10,8	81,4	464,1	
Бутерброд с сыром	30/15		4,6	3,2	17,4	117	№3-2004	
Каша пшенная жидкая с маслом	200		4,8	6,9	25,1	182	№311-2004	
Чай с лимоном	200		0,1	0,0	1,5	6	№686-2004	
<i>Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)</i>	150		0,4	0,4	28,0	117	№458-2006, Москва	
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>	20		0,5	0,3	9,4	42		
ОБЕД			785	23,5	25,0	90,0	679,2	
Салат витаминный	80		0,9	4,0	3,5	54	№2-2013, Пермь	
ИЛИ								
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	80		0,7	4,0	2,5	49	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург	
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5		5,0	6,3	14,4	134	№129-1996	

Рыба запечённая			90	13,1	10,5	2,8	158	№310-1996	
Каша ячневая рассыпчатая			150	3,7	3,8	30,2	170	№244-2013, Пермь	
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара в ассортименте		200	200	200	0,1	0,0	25,0	100	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			30	0,7	0,4	14,1	63		
ИТОГО:				33,8	35,7	171,4	1143		
6 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК			555	19,3	14,5	75,2	508,2		
Бутерброд с джемом или повидлом диабетическим			20/20	1,9	0,4	25,1	112	№2-2004	
Каша гречневая жидкая			200	8,6	10,2	30,3	247	№311-2004	
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	5,9	61	№501-2013, Пермь	
Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте		115	115	115	5,1	0,9	4,5	47	
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			20	0,5	0,3	9,4	42		
ОБЕД			785	19,8	29,8	70,7	630,8		
Помидор консервированный или свежий			80	0,5	0,2	3,4	17	№101-2004, №71-2006, Москва	
Суп картофельный с крупой, с птицей			250/15	5,7	8,5	16,3	165	№138-2004	
Котлеты, биточки из мяса			90	11,2	11,3	13,1	199	№451-2004	

Овощи тушеные	150	1,3	9,2	13,8	143	№ 225-2004
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	7,7	33,8	№505-2013, Пермь
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями	35	0,8	0,5	16,5	74	
ИТОГО:		39,0	44,3	145,9	1139	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:		39	43	149	1140	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ по нормативу (100%)*:		70	71	296	2100	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):		35-42	36-43	148-178	1050-1260	

7 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			580	10,3	15,5	71,6	466,8	
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	10,6	114	№1-2004
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом			200	7,5	7,7	23,0	191	№311-2004
Чай без сахара			200	0,1	0,0	0,6	3	№685-2004
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			150	0,4	0,4	28,0	117	№458-2006, Москва
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			20	0,5	0,3	9,4	42	
ОБЕД			790	26,0	18,8	101,9	671,2	

Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	146	80	80	0,7	0,1	1,2	9	№101-2004
ИЛИ								
Икра кабачковая промышленного производства для детского питания (без содержания сахара в составе)	84	80	80	1,5	3,7	6,2	64	№115-2013, Пермь
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			80	0,7	4,1	1,0	44	№14/1-2011г., Екатеринбург
Суп гороховый с мясом и <u>гренками ржаными</u>			250/10/20	6,5	4,8	32,5	199	№139-2004
<u>гренки из ржаного хлеба</u>		20						№170-2013, Пермь
Биточки рыбные			100	13,2	5,1	16,9	166	№345-2013, Пермь
Пюре картофельное			150	3,3	3,6	22,3	135	№520-2004
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	5,2	23	№508-2013, Пермь
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>			40	1,0	1,6	18,8	84	
ИТОГО:				36,3	34,3	173,5	1138	
8 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			595	19,8	15,9	66,3	487,5	
Бутерброд с сыром			30/15	4,6	3,2	17,4	117	№3-2004
Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим			180/20	12,1	10,2	23,7	235	№362-2004
Чай с молоком			200	2,8	2,5	5,9	57	№495-2013, Пермь

Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			150	0,3	0,0	19,3	78	№458-2006, Москва	
ОБЕД			795	22,1	28,6	86,9	693,4		
Салат из свеклы с солеными огурцами			80	0,9	4,0	5,1	60	№53-2013, Пермь	
ИЛИ									
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным			80	0,7	4,0	2,5	49	№14/1; 15/1-2011, Екатеринбург	
Суп с макаронными изделиями с птицей			250/15	4,9	4,8	16,4	128	№140-2004	
Гуляш (с уменьшенным количеством муки в соусе)			100	11,0	14,3	5,0	193	№152-2004, Пермь	
Каша гречневая вязкая отварная			150	4,3	5,1	24,3	160	№510-2004	
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара в ассортименте		200	200	200	0,3	0,0	22,0	89	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			30	0,7	0,4	14,1	63		
ИТОГО:				41,9	44,5	153,2	1181		
9 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК			545	19,2	20,3	47,4	449		
Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	10,6	114	№1-2004	
Каша ячневая жидкая			200	7,6	8,2	17,7	175	№311-2004	
Какао с молоком			180	3,1	2,7	4,1	53	№496-2013, Пермь	
Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте		115	115	115	5,7	1,0	5,5	54	

Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте диабетического назначения	20	1,0	1,3	9,5	54	
ОБЕД	1000	33,4	24,1	79,6	669,1	
Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,6	5,0	8,7	86	№4-2013, Пермь
ИЛИ						
Салат из соленых огурцов с луком	100	1,5	5,0	4,1	67	№17-2004
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	№149-2013, Пермь
Жаркое из птицы (с уменьшенным содержанием картофеля)	200	17,5	11,5	11,7	220	№443-1996
Компот из ягод	200	0,2	0,0	1,9	8	№513-2013, Пермь
<i>Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)</i>	150	0,5	0,0	22,6	92	№458-2006, Москва
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>	30	0,7	0,4	14,1	63	
ИТОГО:		52,6	44,4	127,0	1118	

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			645	11,6	11,5	81,1	474,0	
Бутерброд с сыром	30/15		4,6	3,2	17,4	117	№3-2004	
Суп молочный с крупой	250		5,8	7,5	20,8	174	№164-2013, Пермь	
Чай с лимоном	200		0,1	0,0	1,5	6	№686-2004	
<i>Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)</i>	150		0,6	0,5	32,0	135	№458-2006, Москва	

<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>			20	0,5	0,3	9,4	42		
ОБЕД			800	18,9	17,9	99,2	633,7		
Салат "Любительский"			80	2,2	4,0	4,7	64	№4-2006, Екатеринбург	
ИЛИ									
Салат из свежих помидоров			80	1,0	4,1	3,3	54	№22-2013, Пермь	
Рассольник домашний с птицей, со сметаной			250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	№132-2013, Пермь	
Печень, тушеная в соусе (БЕЗ МУКИ ДЛЯ ПАНИРОВКИ)			100	7,7	5,3	7,8	110	№401-2013, Пермь	
	соус томатный		50					№453-2013, Пермь	
ИЛИ									
Котлеты из мяса			90	11,2	11,3	13,1	199	№451-2004	
Макаронные изделия отварные			150	3,4	3,1	36,8	189	№516-2004	
<i>Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара в ассортименте</i>		200	200	200	0,1	0,0	25,0	100	№518-2013, Пермь
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>			30	0,7	0,4	14,1	63		
ИТОГО:					30,4	29,3	180,3	1108	
11 день									
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
ЗАВТРАК			555	19,3	14,5	75,2	508		
Бутерброд с джемом или повидлом диабетическим			20/20	1,9	0,4	25,1	112	№2-2004	

Каша гречневая жидкая			200	8,6	10,2	30,3	247	№311-2004
Кофейный напиток			200	3,2	2,7	5,9	61	№501-2013, Пермь
Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте	115	115	115	5,1	0,9	4,5	47	
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>			20	0,5	0,3	9,4	42	
ОБЕД			790	20,9	24,3	86,8	637,3	
Салат из капусты белокочанной			80	1,6	4,1	6,0	67	№1-2013, Пермь
<i>ИЛИ</i>								
Салат из квашеной капусты			80	1,6	4,0	5,5	64	№48-2013, Пермь
<i>ИЛИ</i>								
Салат "Пестрый"			80	0,8	4,0	5,1	60	№54-10з-2020,2021, Новосибирск
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной			250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	№34-2004, Пермь
Плов из птицы (с крупой перловой)			240	13,1	12,3	41,6	330	№406-2013, Пермь
Компот из смеси сухофруктов			200	0,5	0,0	5,2	23	№508-2013, Пермь
<i>Хлеб ржаной или ржаной с отрубями</i>			50	1,3	2,0	23,5	105	
ИТОГО:				40,2	38,8	162,0	1146	
12 день								
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					№ рецептуры
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
ЗАВТРАК			580	14,3	17,3	54,2	429,7	

Бутерброд с маслом			20/10	1,8	7,1	10,6	114	№1-2004
Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим			180/20	12,1	10,2	23,7	235	№362-2004
Чай без сахара			200	0,1	0,0	0,6	3	№685-2004
Фрукты в ассортименте (кроме - абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)			150	0,3	0,0	19,3	78	№458-2006, Москва
ОБЕД			780	22,2	25,6	98,0	711,2	
Салат "Степной" из разных овощей			80	1,4	4,0	6	66	№25-2004
ИЛИ								
Салат из огурцов с маслом			80	0,7	4,1	1,0	44	№14/1-2011г., Екатеринбург
Суп картофельный с мясом			250/10	4,5	4,8	15,5	123	№133 -2004
Шницель из мяса			90	11,2	11,3	13,1	199	№451-2004
Каша гречневая вязкая отварная			150	4,3	5,1	24,3	160	№510-2004
Сок овощной, или томатный, или кисло-сладких ягод без содержания сахара в ассортименте	200	200	200	0,1	0,0	25,0	100	№518-2013, Пермь
Хлеб ржаной или ржаной с отрубями			30	0,7	0,4	14,1	63	
ИТОГО:				36,5	42,9	152,2	1140,9	
ИТОГО ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ЗА НЕДЕЛЮ:				40	39	158	1139	
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ по нормативу (100%)*:				70	71	296	2100	При 2-х разовом питании детей (завтрак, обед)
НОРМА ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ И ЭНЕРГИИ ЗА НЕДЕЛЮ (50-60%):				35-42	36-43	148-178	1050-1260	

12 - ти дневное меню №2400/2401 от 06 сентября 2022 г

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Завтрак											
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим	Суп молочный с крупой	Омлет натуральный	Каша пшеничная жидкая с маслом	Каша гречневая жидкая	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим	Каша ячневая жидкая	Суп молочный с крупой	Каша гречневая жидкая	Запеканка из творога с джемом или повидлом диабетическим
Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Масло сливочное (несоленное) (порциями)	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с джемом или повидлом диабетическим	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с джемом или повидлом диабетическим	Бутерброд с маслом
Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте	Фрукты в ассортименте (кроме абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)	Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте диабетического назначения	Фрукты в ассортименте (кроме абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)	Фрукты в ассортименте (кроме абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)	Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте		Фрукты в ассортименте (кроме абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)	Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте диабетического назначения	Фрукты в ассортименте (кроме абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)	Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте	Фрукты в ассортименте (кроме абрикосов, винограда, изюма, бананов, инжира, фиников, урюка)
								Йогурт пониженной жирности без содержания сахара в ассортименте			
Какао с молоком	Чай с лимоном	Чай без сахара	Чай с молоком	Чай с лимоном	Кофейный напиток	Чай без сахара	Чай с молоком	Какао с молоком	Чай с лимоном	Кофейный напиток	Чай без сахара
Обед											
Салат из свеклы отварной с чесноком	Винегрет овощной	Салат из свеклы с зеленым горошком	Салат из отварной моркови с огурцом	Салат витаминный	Помидор консервированный или свежий	Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	Салат из свеклы с солеными огурцами	Салат из капусты белокочанной с морковью	Салат "Любительский"	Салат из капусты белокочанной	Салат "Степной" из разных овощей
	Икра кабачковая промышленного производства для детского питания (без консервантов)					Икра кабачковая промышленного производства для детского питания (без консервантов)				Салат из квашеной капусты	
Помидор консервированный или свежий	Салат из огурцов с маслом	Салат из свежих помидоров с зеленым горошком		Нарезка из свежих овощей с маслом растительным		Салат из огурцов с маслом	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	Салат из соленых огурцов с луком	Салат из свежих помидоров	Салат "Пестрый"	Салат из огурцов с маслом
Суп с овощами и крупой, с мясом	Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	Уха рыбацкая	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	Суп картофельный с крупой, с птицей	Суп гороховый с мясом и гречками ржаными	Суп с макаронными изделиями с птицей	Суп с рыбными фрикадельками	Рассольник домашний с птицей, со сметаной	Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	Суп картофельный с мясом
Фрикадельки из птицы припущенные со сметаной (2 шт. по 50 г.)	Печень, тушеная с овощами (с уменьшенным количеством муки)	Мясо, тушеное с картофелем	Курица запеченная	Рыба запеченная	Котлеты, биточки из мяса	Биточки рыбные	Гуляш (с уменьшенным количеством муки в соусе)	Жаркое из птицы (с уменьшенным содержанием картофеля)	Печень, тушеная в соусе (БЕЗ МУКИ ДЛЯ ПАНИРОВКИ)	Плов из птицы (с крупой перловой)	Шницель из мяса
	Гуляш (с уменьшенным количеством муки в соусе)								Котлеты из мяса		
Пюре картофельное	Макаронные изделия отварные		Каша гречневая вязкая отварная	Каша ячневая рассыпчатая	Овощи тушеные	Пюре картофельное	Каша гречневая вязкая отварная		Макаронные изделия отварные		Каша гречневая вязкая отварная
Сок овощной, или томатный, или кисломолочных ягод без содержания сахара в ассортименте	Компот из смеси сухофруктов	Сок овощной, или томатный, или кисломолочных ягод без содержания сахара в ассортименте	Компот из ягод	Сок овощной, или томатный, или кисломолочных ягод без содержания сахара в ассортименте	Кисель из свежих ягод	Компот из смеси сухофруктов	Сок овощной, или томатный, или кисломолочных ягод без содержания сахара в ассортименте	Компот из ягод	Сок овощной, или томатный, или кисломолочных ягод без содержания сахара в ассортименте	Компот из смеси сухофруктов	Сок овощной, или томатный, или кисломолочных ягод без содержания сахара в ассортименте

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12