

Литературный
Меню, М.А. Смирнова

Понедельник	Вых.	Вторник	Вых.	Среда	Вых.	Четверг	Вых.	Пятница	Вых.
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша "Ассорти"	200/3	Каша пшеничная молочная жидкая	203	Каша ячневая молочная вязкая	205	Омлет натуральный	100	Каша молочная гречневая	200/5
Батон нарезной с маслом	30/5	Батон нарезной с сыром	30/10	Батон нарезной с джемом	30/15	Батон нарезной с маслом и сыром	30/5/7	Батон нарезной с сыром	30/10
Чай с сахаром	200	Чай с лимоном	200	Кофейный напиток с молоком	200	Чай с лимоном	200	Чай с сахаром	200
2 ЗАВТРАК		2 ЗАВТРАК		2 ЗАВТРАК		2 ЗАВТРАК		2 ЗАВТРАК	
Сок фруктовый	100	Снежок	100	Сок фруктовый	100	Яблоко свежее	100	Кефир	100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из зеленого горошка с луком репчатым	60	Салат из свеклы и яблок	60	Морковь отварная дольками	60	Салат из свеклы с черносливом	70	Икра морковная	60
Свекольник	200	Суп крестьянский с крупой	200	Суп картофельный с клецками	200/25	Рассольник домашний	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	Картофельное пюре с морковью	150	Капуста тушеная	150	Макаронные изделия отварные с овощами	150	Картофель отварной*	100
Котлета мясная	70	Котлета куриная	70/30	Тефтели из говядины паровые	75	Печень говяжья по строгановски	90	Рыбные палочки "Любительские"	100
Соус томатный	30	Соус томатный	30	Компот из кураги со св/м смородиной	200	Компот из изюма со св/м смородиной	200	Компот из изюма со св/м смородиной	200
Компот из свежих яблок с черносливом	200	Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30
Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Пудинг из моркови и яблок	200/5	Расстегай с рыбой	70	Запеканка рисовая с творогом	150	Овощное рагу	150	Ватрушка с творогом	60
Соус сметанный	45	Хлеб пшеничный	15	Молоко стуч.	25	Соус сметанный	45	Чай с сахаром	200
Какао с молоком	200	Чай с молоком	200	Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	30	Яблоко свежее	100
Хлеб пшеничный	30	Яблоко свежее	100	Хлеб пшеничный	20	Чай с сахаром	200		
Печенье	10					Вафли	25		

старажидан
заведующей ШИП - /М.Р. Сибганкина

1 неделя

Озёрск

Примерное двадцатидневное меню для категории: Сад

Понедельник	Вых.	Вторник	Вых.	Среда	Вых.	Четверг	Вых.	Пятница	Вых.
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Омлет натуральный	100	Каша манная молочная, жидкая	205	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	205	Каша "Дружба"	203	Суп молочный с крупой	200
Батон нарезной с джемом	30/15	Батон нарезной с сыром	30/10	Батон нарезной с маслом	30/5	Батон нарезной с маслом и сыром	30/5/7	Батон нарезной с сыром	30/10
Чай с сахаром	200	Кофейный напиток с молоком	200	Чай с сахаром	200	сыром		Чай с лимоном	200
2 ЗАВТРАК		2 ЗАВТРАК		2 ЗАВТРАК		2 ЗАВТРАК		2 ЗАВТРАК	
Яблоко свежее	100	Сок фруктовый	100	Снежок	100	Сок фруктовый	100	Кефир	100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из свежеслы с солеными огурцами	60	Салат картофельный с зеленым горошком	50	Салат из кукурузы с луком	60	Икра кабачковая порционная	60	Икра свекольная	60
Суп картофельный с рыбой	200	Суп -лапша домашняя	200	Борщ с капустой и картофелем	200	Суп из овощей	200	Рассольник ленинградский	200
Горбушей		Голубцы ленивые	70	Рис отварной с овощами	150	Курица в соусе с томатом	70	Картофельное пюре	150
Рагу из овощей	150	Соус сметанный	45	Суфле из печени	70/5	Компот из курати и изюма	200	Рыба тушёная в томате с овощами	140
Биточки из говядины	74	Компот из чернослива и изюма	200	Соус томатный	30	Хлеб пшеничный	20	Компот из смеси сухофруктов	200
Соус сметанный	45	Хлеб пшеничный	30	Компот из свежих яблок	200	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	30
Компот из св/м смородины	200	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	20			Хлеб ржаной	50
Хлеб пшеничный	30			Хлеб ржаной	50				
Хлеб ржаной	50								
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Плов бухарский	200	Булочка "Веснушка"	150	Омлет с зеленым горошком	100	Запеканка морковная с творогом	150	Пирожки печеные из сдобного теста с капустой	80
Молоко кипяченое	200	Чай с сахаром	200	Какао с молоком	200	Соус молочный сладкий	50	Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	20	Банан	100	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Яблоко свежее	100
				Вафли	25	Чай с сахаром	200		
						Печенье	10		