

## Меню

Наименование блюда	Масса порции нетто (г.)
<b>1 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Сыр	50
Масло сливочное	20
Омлет натуральный	110
Каша молочная гречневая с маслом сливочным	250/10
Цикорий на молоке	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
<b>Обед</b>	
Салат из сырых овощей	150
Суп картофельный с клецками	325
Печень по-строгановски	75/75
Каша гречневая рассыпчатая	200
Компот из сухофруктов	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
<b>Ужин</b>	
Салат зеленый с огурцом	150
Плов мясной	250
Кисель плодово-ягодный	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Кефир	200
<b>2 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сырники со сметаной	120/10
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	250/10
Кофейный напиток	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Обед</b>	
Винегрет овощной	150
Щи со сметаной	300/10
Бифштекс рубленный	100
Картофельное пюре	250
Компот из апельсинов	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Яблоко свежее	200
<b>Ужин</b>	
Яйцо вареное 1 кат.	40
Капуста тушеная с мясом	250

Чай с сахаром	200
Булочка "Российская"	100
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Йогурт	290
<b>3 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Колбаса отварная	75
Оладьи со сметаной	150/20
Сырок глазированный	45
Какао с молоком	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
Сырок глазированный	45
<b>Обед</b>	
Салат «Оливье»	150
Борщ со сметаной	300/10
Макароны по-флотски	300
Сок	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Бананы свежие	200
<b>Ужин</b>	
Салат из морской капусты с растительным маслом	150
Рыба припущенная	100
Картофельное пюре	250
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Пирог сладкий	100
<b>4 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сыр "Российский"	50
Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/20
Каша молочная овсяная	250/10
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
Шоколад	15
<b>Обед</b>	
Салат «весенний» с крабовыми палочками	150
Рассольник со сметаной	300/10
Куры отварные с соусом	120/75
Рис отварной	200
Компот из чернослива	200
Хлеб ржаной	100

Хлеб пшеничный	50
Апельсин свежий	220
<b>Ужин</b>	
Салат витаминный	150
Жаркое по-домашнему	325
Отвар из плодов шиповника	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Кефир 3,2%	200
Слойка с джемом	75
<b>5 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сосиска отварная	75
Макаронны отварные	200
Сыр протертый	50
Творожок десертный	100
Кофейный напиток	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
<b>Обед</b>	
Салат из свеклы с сыром	150
Суп лапша куриная	325
Суфле мясное	100
Рагу овощное	200
Напиток лимонный	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Яблоко свежее	200
<b>Ужин</b>	
Салат из свежих помидор	150
Гуляш мясной	75/75
Каша гречневая рассыпчатая	200
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Кефир 3,2%	200
Булочка	100
<b>6 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сыр	50
Каша молочная рисовая	250/10
Блинчик с мясом	100
Какао с молоком	200
Хлеб пшеничный	100
<b>Обед</b>	
Салат с кальмарами и овощами	150

Суп гороховый с мясом	325
Биточки рыбные	100
Картофельное пюре	250
Компот из свежих яблок	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Апельсин свежий	220
<b>Ужин</b>	
Салат из свежей моркови с яблоками	150
Голубцы по-домашнему	290
Кисель	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Йогурт	290
<b>7 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Колбаса п/к	50
Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/20
Цикорий на молоке	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
Шоколад	15
<b>Обед</b>	
Салат из свеклы и кукурузы	150
Суп Харчо со сметаной	300/20
Поджарка из говядины	100
Вермишель отварная	200
Сок	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Бананы свежие	200
<b>Ужин</b>	
Салат из свежей капусты	150
Бедро куриное запеченное	120
Рис отварной	200
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Кефир 3,2%	200
<b>8 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Колбаса отварная	75
Омлет натуральный	110
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50

Творожок десертный	100
<b>Обед</b>	
Салат из свежей капусты с огурцом и кукурузой	150
Суп пюре из овощей	325
Шницель мясной	100
Картофель отварной	250
Компот из сухофруктов	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Яблоко свежее	200
<b>Ужин</b>	
Огурец свежий	150
Фрикадельки рыбные в томатном соусе	75/50
Рис отварной	200
Отвар из плодов шиповника	200
Хлеб ржаной	50
Хлеб пшеничный	50
Булочка "Российская"	100
Йогурт	150
<b>9 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сыр	50
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	250/10
Кофейный напиток	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
Сырок глазированный	45
<b>Обед</b>	
Салат «Летний»	150
Щи со сметаной	300/10
Котлеты из птицы	100
Рис отварной	200
Компот из кураги	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Апельсин свежий	220
<b>Ужин</b>	
Рыба под маринадом	50/50
Картофель и овощи тушеные с мясом	300
Чай с сахаром	200
Хлеб ржаной	50
Хлеб пшеничный	50
Пирог сладкий	100
<b>10 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сырники со сметаной	120/10

Каша молочная овсяная	250/10
Какао с молоком	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
<b>Обед</b>	
Винегрет овощной	150
Суп картофельный с мясными фрикадельками	300/35
Тефтели мясные с соусом	100/75
Каша гречневая рассыпчатая	200
Сок	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Апельсин свежий	220
<b>Ужин</b>	
Салат из квашенной капусты	150
Рыба припущенная	100
Картофельное пюре	250
Чай с сахаром	200
Хлеб ржаной	50
Кефир 3,2%	200
Булочка	100
<b>11 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сыр	50
Блинчики с творогом со сметаной	170/30
Цикорий на молоке	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
Шоколад	15
<b>Обед</b>	
Салат из свежих помидор	150
Суп рыбный	325
Запеканка картофельная с мясом	243/5
Компот из апельсинов	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Яблоко свежее	200
<b>Ужин</b>	
Салат витаминный	150
Плов мясной	250
Кисель плодово-ягодный	200
Хлеб ржаной	50
Йогурт	290
Слойка с джемом	75
<b>12 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20

Колбаса отварная	75
Каша молочная гречневая	250/10
Какао с молоком	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
Творожок десертный	100
<b>Обед</b>	
Салат «Оливье»	150
Борщ со сметаной	300/10
Котлеты полтавские	100
Вермишель отварная	200
Компот из сухофруктов	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Бананы свежие	200
<b>Ужин</b>	
Сельдь с гарниром	50/50
Бедро куриное запеченное	120
Картофель отварной	250
Чай сладкий	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Ватрушка с творогом	100
<b>13 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сыр	50
Каша молочная овсяная	250/10
Кофейный напиток	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Сырок глазированный	45
<b>Обед</b>	
Салат зеленый с огурцами и помидорами	150
Суп лапша куриная	325
Гуляш мясной	75/75
Каша гречневая рассыпчатая	200
Компот из свежих яблок	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Апельсин свежий	220
<b>Ужин</b>	
Яйцо вареное	40
Биточки рыбные	100
Картофельное пюре	250
Отвар из плодов шиповника	200
Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржаной	50
Кефир 3,2%	200

Кекс «Столичный»	50
<b>14 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Масло сливочное	20
Сосиска отварная	75
Каша молочная рисовая	250/10
Чай сладкий	200
Хлеб пшеничный	100
Хлеб ржаной	50
Творожок десертный	100
<b>Обед</b>	
Салат крабовый	150
Суп «Харчо» со сметаной	300/20
Бефстроганов	75/75
Рис отварной	200
Компот из кураги	200
Хлеб ржаной	100
Хлеб пшеничный	50
Бананы свежие	200
<b>Ужин</b>	
Морковь по-корейски	150
Макароны по-флотски	300
Кисель	200
Хлеб ржаной	50
Хлеб пшеничный	50
Кефир 3,2%	200
Шоколад	15

Согласовано:

Проректор по БиРИ

В.В. Древняк

Начальник ОМТО

И.В. Воробьев