

Десятидневное меню: Сад 12 ч. - Зимнее

День	Завтрак	2-ой завтрак	Обед	Полдник	Хим. состав
День 1	1. Макароны изделия отварные (м.с.) 2. Сыр (порциями) 3. Масло (порциями) 4. Батон нарезной обогащенный 5. Кофейный напиток 6. Апельсин свежий	1. Напиток витаминизированный 2. Вафли	1. Огурец соленый 2. Суп картофельный с бобовыми (м.г,горох) 3. Гренки из пшеничного хлеба 4. Биточки по-белорусски 5. Соус томатный 6. Капуста тушеная 7. Чай с сахаром 8. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Зразы из творога с курагой 2. Соус молочный(сладкий) 3. Батон нарезной обогащенный 4. Биокефир	Б: 75.357 (14.2%) Ж: 65.024 (4.9%) У: 257.9 (4%) К: 1916.639 (8.5%)
День 2	1. Каша жидкая пшеничная (сах.) 2. Яйца вареные 3. Масло (порциями) 4. Батон нарезной обогащенный 5. Какао с молоком 6. Яблоко свежее	1. Сок яблочный 2. Печенье	1. Салат"свеколка" 2. Суп картофельный с макаронными изделиями (м.г) 3. Печень по-строгановски 4. Картофельное пюре с морковью (сл.м.) 5. Кисель из повидла, джема,варенья (вит.с) 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Сельдь 2. Винегрет с зеленым горошком без картофеля 3. Чай с сахаром 4. Батон нарезной обогащенный	Б: 56.916 (-13.8%) Ж: 50.972 (-17.8%) У: 257.082 (3.7%) К: 1746.602 (-1.2%)
День 3	1. Каша рассыпчатая рисовая с молоком 2. Батон нарезной обогащенный 3. Кофейный напиток 4. Банан свежий	1. Напиток витаминизированный	1. Салат из свежих помидоров и огурцов 2. Борщ вег.без карт,св.кап. (см.) 3. Рулет картофельный с мясом 4. Соус сметанный 5. Сок яблочный 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Пудинг из творога 2. Соус молочный(сладкий) 3. Батон нарезной обогащенный 4. Молоко кипяченое	Б: 62.861 (-4.8%) Ж: 53.487 (-13.7%) У: 243.901 (-1.7%) К: 1705.079 (-3.5%)

День 4	1. Омлет натуральный 2. Сыр (порциями) 3. Масло (порциями) 4. Батон нарезной обогащенный 5. Молоко кипяченое 6. Груша свежая	1. Йогурт фруктовый	1. Капуста квашенная 2. Суп любительский (рыба) 3. Фрикадельки в соусе 4. Пюре картофельное 5. Кисель из повидла, джема, варенья (вит.с) 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Биточки рыбные с соусом сметанным 2. Овощи в молочном соусе 3. Чай с сахаром 4. Батон нарезной обогащенный	Б: 78.316 (18.7%) Ж: 63.723 (2.8%) У: 194.319 (-21.6%) К: 1753.222 (-0.8%)
День 5	1. Каша из пшена и риса мол. жидкая "дружба" (м.сл.,сах) 2. Масло (порциями) 3. Батон нарезной обогащенный 4. Кофейный напиток	1. Напиток витаминизированный	1. Огурец свежий 2. Суп картофельный 3. Клёцки 4. Плов из птицы 5. Сок яблочный 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Капуста тушеная 2. Батон нарезной обогащенный 3. Ватрушка с повидлом 4. Чай с сахаром 5. Яблоко свежее	Б: 53.726 (-18.6%) Ж: 59.569 (-3.9%) У: 286.768 (15.6%) К: 1872.33 (6%)
День 6	1. Макароны изделия отварные (м.с.) 2. Бутерброд с сыром,сл.маслом 3. Чай с сахаром 4. Яблоко свежее	1. Молоко кипяченое	1. Огурец соленый 2. Щи по-уральски с крупой (м.г,см) 3. Суфле из отварного мяса 4. Соус молочный густой 5. Овощи в молочном соусе 6. Компот из с/фруктов (вит.с) 7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Запеканка из творога 2. Соус молочный(сладкий) 3. Булочка "веснушка" 4. Кофейный напиток	Б: 78.872 (19.5%) Ж: 67.556 (9%) У: 245.008 (-1.2%) К: 1891.995 (7.1%)
День 7	1. Каша рассыпчатая пшеничная с молоком 2. Какао с молоком 3. Масло (порциями) 4. Батон нарезной обогащенный 5. Апельсин свежий	1. Молоко кипяченое 2. Вафли	1. Салат из свежих помидоров (м.р.) 2. Рассольник (рыба.см) 3. Тефтели из говядины в соусе 4. Пюре из свеклы 5. Кисель из повидла, джема, варенья (вит.с) 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Рыба, тушеная с овощами 2. Пюре картофельное 3. Батон нарезной обогащенный 4. Сок яблочный	Б: 68.355 (3.6%) Ж: 61.674 (-0.5%) У: 237.843 (-4.1%) К: 1812.853 (2.6%)

День 8	1. Каша жидкая манная (сахар) 2. Масло (порциями) 3. Батон нарезной обогащенный 4. Кофейный напиток 5. Яблоко свежее	1. Йогурт фруктовый	1. Зеленый горошек 2. Борщ с картофелем (м.г.) с 01.03. 3. Сосиска отварная 4. Рагу из овощей (м.сл.) 5. Компот из с/фруктов (вит.с) 6. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Запеканка рисовая с творогом 2. Соус молочный(сладкий) 3. Батон нарезной обогащенный 4. Молоко кипяченое	Б: 58.159 (-11.9%) Ж: 58.803 (-5.2%) У: 257.64 (3.9%) К: 1819.567 (3%)
День 9	1. Каша жидкая геркулес (сах.) 2. Яйца вареные 3. Батон нарезной обогащенный 4. Кофейный напиток 5. Яблоко свежее	1. Молоко кипяченое 2. Вафли	1. Огурец свежий 2. Суп из овощей с фасолью (м.г) 3. Голубцы ленивые с мясом 4. Кисель из кураги (вит.с) 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Рыба, запеченная по-русски 2. Батон нарезной обогащенный 3. Сок яблочный	Б: 74.068 (12.2%) Ж: 58.574 (-5.5%) У: 260.358 (5%) К: 1853.957 (4.9%)
День 10	1. Греча рассыпчатая с маслом сл. 2. Сыр (порциями) 3. Масло (порциями) 4. Батон нарезной обогащенный 5. Молоко кипяченое 6. Банан свежий	1. Напиток витаминизированный 2. Печенье	1. Свекла отварная с растительным маслом 2. Суп из овощей 3. Котлета рубленая из птицы 4. Соус молочный(для подачи к блюду) 5. Овощи в молочном соусе 6. Чай с сахаром 7. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	1. Морковь тушеная в сметанном соусе 2. Батон нарезной обогащенный 3. Булочка "творожная" 4. Биокефир	Б: 71.324 (8.1%) Ж: 69.742 (12.5%) У: 256.345 (3.4%) К: 1934.235 (9.5%)

заведующий: _____ / Титова А.В.