



СОГЛАСОВАНО

Директор *М. О.П.Анисимова*



УТВЕРЖДАЮ

ИП *Н.Г.Волошина*

Примерное 10-дневное меню горячих завтраков и обедов для обучающихся, которым показано диетическое питание (диета № 5)

Меню

№ рецептуры	Название блюда	Масса, г
	Понедельник, 1 неделя	
	Завтрак	
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15
54-1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	200
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Завтрак	445
	Обед	
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200
54-6г-2020	Рис отварной	150
54-14м-2020	Фрикадельки из говядины	60
54-1хн-2020	Компот из вишни	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Обед	700
	Вторник, 1 неделя	
	Завтрак	
54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	150
54-7гн-2020	Какао с молоком	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Завтрак	380
	Обед	
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	80
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150
54-16м-2020	Печень говяжья по-строгановски	60
54-10хн-2020	Кисель из свежей брусники	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Среда, 1 неделя	
	Завтрак	
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	2000
54-5гн-2020	Чай черный байховый с ягодами и медом	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Завтрак	2230
	Обед	
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)	200
54-2г-2020	Макароны отварные с овощами	150

54-5м-2020	Котлеты из курицы	50
54-8хн-2020	Компот из смородины черной	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Обед	690
	Четверг, 1 неделя	
	Завтрак	
54-4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	150
54-1гн-2020	Чай черный байховый (без сахара)	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Повидло абрикосовое	20
	Итого за Завтрак	400
	Обед	
54-12з-2020	Икра морковная	60
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200
54-9г-2020	Рагу из овощей	150
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60
54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Обед	700
	Пятница, 1 неделя	
	Завтрак	
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Завтрак	445
	Обед	
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200
54-11г-2020	Картофельное пюре	150
54-14р-2020	Суфле рыбное без глютена (треска)	60
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Обед	700
	Понедельник, 2 неделя	
	Завтрак	
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15
54-1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	200
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Завтрак	445
	Обед	
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200
54-6г-2020	Рис отварной	150
54-16м-2020	Печень говяжья по-строгановски	60
54-1хн-2020	Компот из вишни	200

Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Обед	700
	Вторник, 2 неделя	
	Завтрак	
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	150
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Повидло абрикосовое	20
	Итого за Завтрак	400
	Обед	
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	80
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150
54-14м-2020	Фрикадельки из говядины	60
54-10хн-2020	Кисель из свежей брусники	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Обед	720
	Среда, 2 неделя	
	Завтрак	
54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	150
54-5гн-2020	Чай черный байховый с ягодами и медом	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Йогурт 1.5%	90
	Итого за Завтрак	470
	Обед	
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200
54-1г-2020	Макароны отварные	150
54-5м-2020	Котлеты из курицы	50
54-8хн-2020	Компот из смородины черной	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Обед	690
	Четверг, 2 неделя	
	Завтрак	
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200
54-7гн-2020	Какао с молоком	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Завтрак	445
	Обед	
54-12з-2020	Икра морковная	60
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200
54-9г-2020	Рагу из овощей	150
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75
54-2соус-2020	Соус белый основной	45
54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30

	Итого за Обед	760
	Пятница, 2 неделя	
	Завтрак	
54-4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	150
54-1гн-2020	Чай черный байховый (без сахара)	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Повидло абрикосовое	20
	Итого за Завтрак	400
	Обед	
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200
54-11г-2020	Картофельное пюре	150
54-6р-2020	Суфле рыбное (горбуша)	60
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200
Пром.	Хлеб пшеничный	30
	Итого за Обед	700