

Меню: 1 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
100шк	Сыр сычужный твердый порциями	20
258шк	Каша пшениная вязкая	210
499шк	Какао с молоком сгущенным	200
108 шк	Хлеб пшеничный	45
112шк	Фрукты свежие (апельсин)	100
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.1.1скурс	Горошек зеленый	100
140шк	Щи из свежей капусты (без картофеля)	300
ТТК№1	Котлета из мяса индейки в соусе сметанно-томатном	120
426шк	Картофель отварной	230
108 шк	Хлеб пшеничный	90
518 шк	Сок фруктовый (мультифрукт)	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
105шк	Масло сливочное	15
108 шк	Хлеб пшеничный	65
ТТК№54	Каша рисовая вязкая	210
518 шк	Сок фруктовый (апельсин)	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 33	Пирожок печенный с рисом	75
516шк	Ряженка 2,5 %	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 1-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 1-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 1-Й ДЕНЬ		

Меню: 2 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
10.10.12скур	Джем из абрикосов	10
ГТК№35	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	200
108 шк	Хлеб пшеничный	50
112шк	Фрукты свежие (мандарин)	100
496/1шк	Какао с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.3.6скур	Икра баклажанная	50
133шк	Рассольник	280
ГТК № 27	Голубцы ленивые в соусе сметанном	200
108 шк	Хлеб пшеничный	90
112шк	Фрукты свежие (банан)	100
506шк	Кисель из яблок сушеных	200
ПОЛДНИК 20-25%		
10.1.3Скур	Кукуруза конс.	80
ГТК № 76	Запеканка овощная	250
108 шк	Хлеб пшеничный	65
511шк	Компот из смородины черной	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 40	Ватрушка с творогом	60
516шк	Простокваша	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 2-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 2-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 2-Й ДЕНЬ		

Меню: 3 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ТТК № 95	Запеканка из творога с соусом шоколадным	200
494шк	Чай с лимоном	220
112шк	Фрукты свежие (груша)	120
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
75шк	Салат картофельный с сол. огурцами и зел.гор.	100
131шк	Свекольник (без капусты) со сметаной	300
ТТК №4	Плов из свинины	200
112 шк	Фрукты свежие (киви)	150
108 шк	Хлеб пшеничный	90
505шк	Кисель из свежих ягод (черная смородина)	210
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
262шк	Каша манная молочная жидкая	210
ТТК№ 78	Гребешок из дрожжевого теста	60
516шк	Ряженка	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 44	Творожники песочные	75
4.1.50скур	Продукт кисломолочный сладкий "Снежок Вологжанка" 2,5%	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 3-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 3-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 3-Й ДЕНЬ		

Меню: 4 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
7.5.8.1скур	Ветчина в форме	30
248шк	Каша гречневая вязкая	200
493шк	Чай с сахаром	200
108 шк	Хлеб пшеничный	55
112шк	Фрукты свежие (банан)	100
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.1.1скур	Горошек зеленый	100
140шк	Щи из свежей капусты (без картофеля)	300
ГТК№1	Котлета из мяса индейки в соусе сметанно-томатном	120
426шк	Картофель отварной	230
108 шк	Хлеб пшеничный	90
508шк	Компот из смеси сухофруктов	210
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
265шк	Каша молочная кукурузная жидкая	220
100шк	Сыр сычужный твердый порциями	35
499шк	Какао с молоком сгущенным	200
108 шк	Хлеб пшеничный	60
ИТОГО В ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 48	Хлебец "Калорийный"	75
516шк	Кефир	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 4-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 4-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 4-Й ДЕНЬ		

Меню: 5 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК№46	Оладьи с клубничным джемом	120/30
112шк	Плоды свежие (яблоко)	100
ГТК№41	Чай с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
76шк	Винегрет овощной	100
149шк	Суп картофельный с фрикадельками	250/20
ГТК №10	Котлета куриная с сыром в соусе сметанном	120
291шк	Макаронные изделия отварные	210
109 шк	Хлеб ржаной	70
519 шк	Напиток из шиповника	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
6.7.3скур	Огурцы соленые	60
ГТК №9	Тефтели мясные в соусе сметанно- томатном	110
429шк	Картофельное пюре	220
108 шк	Хлеб пшеничный	55
506шк	Кисель из яблок сушеных	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 33	Пирожок печенный с рисом	75
516шк	Ряженка 2,5 %	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 5-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 5-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 5-Й ДЕНЬ		

Меню: 6 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
10.10.12скур	Джем из абрикосов	10
ТТК №35	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	200
108 шк	Хлеб пшеничный	50
112шк	Фрукты свежие (мандарин)	100
496/1шк	Какао с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
119шк	Икра морковная	60
131шк	Свекольник (без капусты) со сметаной	280
ТТК № 29	Котлета мясная с гречей в соусе томатном	120
237шк	Каша гречневая рассыпчатая	180
108 шк	Хлеб пшеничный	55
506шк	Кисель из яблок сушеных	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
ТТК № 95	Запеканка из творога с соусом шоколадным	200
112 шк	Фрукты свежие (киви)	100
494шк	Чай с лимоном	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 44	Творожники песочные	75
4.1.50скур	Продукт кисломолочный сладкий "Снежок Вологжанка" 2,5%	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 6-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 6-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 6-Й ДЕНЬ		

Меню: 7 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК №3	Фрикадельки мясные в соусе сметанном	120
6.7.Зскур	Огурцы соленые	30
ГТК№38	Капуста свежая тушеная	200
108 шк	Хлеб пшеничный	75
493шк	Чай с сахаром	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
56шк	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100
157шк	Суп с макаронными изделиями (без картофеля)	250
ГТК №5	Тефтели из рыбы в соусе томатном	120
427шк	Картофель отварной в молоке	200
108 шк	Хлеб пшеничный	80
511шк	Компот из смородины черной	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
265шк	Каша молочная кукурузная жидкая	220
100шк	Сыр сычужный твердый порциями	30
499шк	Какао с молоком сгущенным	200
108 шк	Хлеб пшеничный	65
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 48	Хлебец "Калорийный"	75
516шк	Кефир	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 7-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 7-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 7-Й ДЕНЬ		

Меню: 8 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
108 шк	Хлеб пшеничный	70
7.5.8.1скур	Ветчина в форме	30
255шк	Каша ячневая вязкая	200
112шк	Фрукты свежие (апельсин)	120
501 шк	Кофейный напиток с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.3.6скур	Икра баклажанная	50
144шк	Суп картофельный с горохом	300
ГТК №79	Гуляш из говядины	100
291шк	Макаронные изделия отварные	230
109 шк	Хлеб ржаной	70
505шк	Кисель из свежих ягод (черная смородина)	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
10.1.1скур	Горошек зеленый	30
ГТК №11	Котлета рыбная в соусе сметанном	120
414шк	Рис отварной	200
108 шк	Хлеб пшеничный	55
512шк	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 40	Ватрушка с творогом	60
516шк	Простокваша	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 8-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 8-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 8-Й ДЕНЬ		

Меню: 9 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК№46	Оладьи с вишневым джемом	120/30
112шк	Плоды свежие (яблоко)	100
ГТК№41	Чай с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.1.3Скур	Кукуруза конс.	50
145шк	Суп картофельный с фасолью	300
ГТК №15	Печень говяжья " по-строгановски"	120
426шк	Картофель отварной	230
108 шк	Хлеб пшеничный	55
506шк	Кисель из яблос сушеных	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
262шк	Каша манная молочная жидкая	210
ГТК№ 78	Гребешок из дрожжевого теста	60
516шк	Ряженка	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 44	Творожники песочные	75
4.1.50скур	Продукт кисломолочный сладкий "Снежок Вологжанка" 2,5%	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 9-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 9-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 9-Й ДЕНЬ		

Меню: 10 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК№66	Бутерброд с сыром	45
258шк	Каша пшеничная вязкая	230
494шк	Чай с лимоном	200
112шк	Фрукты свежие (груша)	100
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
119шк	Икра морковная	60
140шк	Щи из свежей капусты (без картофеля)	280
ГТК №9	Тефтели мясные в соусе сметанно-томатном	110
237шк	Каша гречневая рассыпчатая	200
108 шк	Хлеб пшеничный	70
512шк	Компот из фруктов или ягод сушеных (курага)	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
7.5.8.1скур	Ветчина в форме	30
265шк	Каша молочная кукурузная жидкая	230
112 шк	Фрукты свежие (киви)	100
108 шк	Хлеб пшеничный	50
501 шк	Кофейный напиток с молоком	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 48	Хлебец "Калорийный"	75
516шк	Кефир	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 10-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 10-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 10-Й ДЕНЬ		

Меню: 11 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ТТК № 96	Омлет с запеченным картофелем и соленым огурцом	200
112шк	Фрукты свежие (банан)	100
108 шк	Хлеб пшеничный	80
499шк	Какао с молоком сгущенным	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
76шк	Винегрет овощной	100
133шк	Рассольник	250
ТТК № 28	Рыба тушеная в томате с овощами	70/70
414шк	Рис отварной	170
108 шк	Хлеб пшеничный	65
508шк	Компот из смеси сухофруктов	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
ТТК№46	Оладьи с клубничным джемом	120/30
112шк	Фрукты свежие (апельсин)	100
ТТК№41	Чай с молоком	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 40	Ватрушка с творогом	60
516шк	Простокваша	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 11-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 11-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 11-Й ДЕНЬ		

Меню: 12 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК № 76	Запеканка овощная	250
108 шк	Хлеб пшеничный	40
ГТК№41	Чай с молоком	200
112шк	Фрукты свежие (яблоко)	120
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
56шк	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100
157шк	Суп с макаронными изделиями (без картофеля)	280
ГТК №5	Тефтели из рыбы в соусе томатном	120
429шк	Картофельное пюре	180
108 шк	Хлеб пшеничный	70
506шк	Кисель из яблок сушеных	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
ГТК№43	Сосиска, запеченная в тесте	75
256шк	Каша пшеничная вязкая	230
112шк	Фрукты свежие (мандарин)	100
518 шк	Сок фруктовый (вишня)	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 33	Пирожок печенный с рисом	75
516шк	Ряженка 2,5 %	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 12-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 12-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 12-Й ДЕНЬ		

Меню: 13 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ТТК № 95	Запеканка из творога с соусом шоколадным	200
494шк	Чай с лимоном	220
112шк	Фрукты свежие (груша)	120
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
119шк	Икра морковная	100
149шк	Суп картофельный с фрикадельками	250/20
ТТК №10	Котлета куриная с сыром в соусе сметанном	120
291шк	Макаронные изделия отварные	230
109 шк	Хлеб ржаной	70
518 шк	Сок фруктовый (мультифрукт)	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
126мог	Картофель отварной с луком	180
ТТК №9	Тефтели мясные в соусе сметанно- томатном	110
108 шк	Хлеб пшеничный	60
512шк	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200
112 шк	Фрукты свежие (киви)	100
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 48	Хлебец "Калорийный"	75
516шк	Кефир	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 13-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 13-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 13-Й ДЕНЬ		

Меню: 14 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
100шк	Сыр сычужный твердый порциями	20
258шк	Каша пшениная вязкая	200
499шк	Какао с молоком сгущенным	200
108 шк	Хлеб пшеничный	30
112шк	Фрукты свежие (банан)	100
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
76шк	Винегрет овощной	100
145шк	Суп картофельный с фасолью	250
ГТК№26	Тефтели куриные в соусе сметанно - томатном	110
ГТК№38	Капуста свежая тушеная	200
108 шк	Хлеб пшеничный	70
512шк	Компот из фруктов или ягод сушеных (чернослив)	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
112шк	Фрукты свежие (апельсин)	100
ГТК № 95	Запеканка из творога с соусом шоколадным	200
494шк	Чай с лимоном	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 44	Творожники песочные	75
4.1.50скур	Продукт кисломолочный сладкий "Снежок Вологжанка" 2,5%	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 14-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 14-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 14-Й ДЕНЬ		

Меню: 15 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
6.7.3скур	Огурцы соленые	30
ТТК №9	Тефтели мясные в соусе сметанно-томатном	110
414шк	Рис отварной	220
108 шк	Хлеб пшеничный	50
493шк	Чай с сахаром	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.1.1скур	Горошек зеленый	70
144шк	Суп картофельный с горохом	300
ТТК №15	Печень говяжья " по-строгановски"	120
426шк	Картофель отварной	230
108 шк	Хлеб пшеничный	70
506шк	Кисель из яблок сушеных	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
ТТК№46	Оладьи с малиновым джемом	120/30
112шк	Фрукты свежие (яблоко)	100
ТТК№41	Чай с молоком	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 33	Пирожок печенный с рисом	75
516шк	Ряженка 2,5 %	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 15-И ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 15-И ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 15-И ДЕНЬ		

Меню: 16 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
108 шк	Хлеб пшеничный	65
7.5.8.1скур	Ветчина в форме	30
255шк	Каша ячневая вязкая	210
112шк	Фрукты свежие (апельсин)	100
501 шк	Кофейный напиток с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
119шк	Икра свекольная	50
133шк	Рассольник	300
ТТК № 29	Котлета мясная с гречей в соусе томатном	120
237шк	Каша гречневая рассыпчатая	200
109 шк	Хлеб ржаной	55
508шк	Компот из смеси сухофруктов	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
10.10.12скур	Джем из абрикосов	20
108 шк	Хлеб пшеничный	55
ТТК№35	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	200
4.1.50скур	Продукт кисломолочный сладкий "Снежок Вологжанка" 2,5%	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 40	Ватрушка с творогом	60
516шк	Простокваша	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 16-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 16-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 16-Й ДЕНЬ		

Меню: 17 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК№66	Бутерброд с сыром	45
258шк	Каша пшеничная вязкая	220
494шк	Чай с лимоном	200
112шк	Фрукты свежие (груша)	120
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.1.3Скур	Кукуруза конс.	50
149шк	Суп картофельный с фрикадельками	250/20
ТТК №11	Котлета рыбная в соусе сметанном	120
414шк	Рис отварной	230
109 шк	Хлеб ржаной	80
518 шк	Сок фруктовый (мультифрукт)	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
262шк	Каша манная молочная жидкая	210
ГТК№ 78	Гребешок из дрожжевого теста	60
516шк	Ряженка	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 44	Творожники песочные	75
4.1.50Скур	Продукт кисломолочный сладкий "Снежок Вологжанка" 2,5%	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 17-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 17-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 17-Й ДЕНЬ		

Меню: 18 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК № 96	Омлет с запеченным картофелем и соленым огурцом	200
112шк	Фрукты свежие (банан)	100
108 шк	Хлеб пшеничный	80
499шк	Какао с молоком сгущенным	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.1.1скурс	Горошек зеленый	100
157шк	Суп с макаронными изделиями (без картофеля)	300
ГТК №3	Фрикадельки мясные в соусе сметанном	120
429шк	Картофельное пюре	220
108 шк	Хлеб пшеничный	90
505шк	Кисель из свежих ягод (черная смородина)	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
7.5.8.1скурс	Ветчина в форме	30
265шк	Каша молочная кукурузная жидкая	200
112 шк	Фрукты свежие (киви)	100
108 шк	Хлеб пшеничный	65
501 шк	Кофейный напиток с молоком	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 33	Пирожок печенный с рисом	75
516шк	Ряженка 2,5 %	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 18-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 18-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 18-Й ДЕНЬ		

Меню: 19 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
10.10.12скур	Джем из абрикосов	10
ТТК№35	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	200
108 шк	Хлеб пшеничный	50
112шк	Фрукты свежие (мандарин)	100
496/1шк	Какао с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
119шк	Икра морковная	60
140шк	Щи из свежей капусты (без картофеля)	280
ТТК №9	Тефтели мясные в соусе сметанно-томатном	110
237шк	Каша гречневая рассыпчатая	200
109 шк	Хлеб ржаной	90
512шк	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200
ПОЛДНИК 20-25%		
319шк/517шк	Пудинг творожный запечённый с йогуртом	90/60
ТТК№52	Булочка дорожная	50
494шк	Чай с лимоном	200
112шк	Фрукты свежие (апельсин)	100
ИТОГО В ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 40	Ватрушка с творогом	60
516шк	Простокваша	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 19-И ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 19-И ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 19-И ДЕНЬ		

Меню: 20 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
7.5.8.1скур	Ветчина в форме	30
108 шк	Хлеб пшеничный	60
248шк	Каша гречневая вязкая	200
112шк	Фрукты свежие (яблоко)	120
ГТК№41	Чай с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
76шк	Винегрет овощной	100
133шк	Рассольник	250
ГТК № 28	Рыба тушеная в томате с овощами	70/70
414шк	Рис отварной	170
108 шк	Хлеб пшеничный	65
508шк	Компот из смеси сухофруктов	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
112шк	Фрукты свежие (банан)	100
341шк	Макаронные изделия отварные с сыром	200
10.3.6скур	Икра баклажанная	50
108 шк	Хлеб пшеничный	40
518 шк	Сок фруктовый (апельсин)	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 48	Хлебец "Калорийный"	75
516шк	Кефир	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 20-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 20-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 20-Й ДЕНЬ		

Меню: 21 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
265шк	Каша молочная кукурузная жидкая	210
100шк	Сыр сычужный твердый порциями	35
499шк	Какао с молоком сгущенным	220
108 шк	Хлеб пшеничный	65
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
76шк	Винегрет овощной	100
145шк	Суп картофельный с фасолью	250
ТТК№26	Тефтели куриные в соусе сметанно - томатном	110
ТТК№38	Капуста свежая тушеная	200
108 шк	Хлеб пшеничный	70
512шк	Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив)	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
6.7.Зскур	Огурцы соленые	30
ТТК№1	Котлета из мяса индейки в соусе сметан.томатном	120
426шк	Картофель отварной	200
108 шк	Хлеб пшеничный	70
512шк	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 33	Пирожок печенный с рисом	75
516шк	Ряженка 2,5 %	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 21-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 21-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 21-Й ДЕНЬ		

Меню: 22 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК № 95	Запеканка из творога с соусом шоколадным	200
494шк	Чай с лимоном	220
112шк	Фрукты свежие (апельсин)	120
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
10.3.7скур	Икра кабачковая	100
144шк	Суп картофельный с горохом	300
ГТК № 27	Голубцы ленивые в соусе сметанном	200
108 шк	Хлеб пшеничный	90
112шк	Фрукты свежие (груша)	120
519 шк	Напиток из шиповника	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
10.10.12скур	Джем из абрикосов	20
108 шк	Хлеб пшеничный	60
ГТК№35	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	200
4.1.50скур	Продукт кисломолочный сладкий "Снежок Вологжанка" 2,5%	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 40	Ватрушка с творогом	60
516шк	Простокваша	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 22-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 22-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 22-Й ДЕНЬ		

Меню: 23 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
10.1.1скурсур	Горошек зеленый	30
ТТК №9	Тефтели мясные в соусе сметанно-томатном	110
429шк	Картофельное пюре	200
108 шк	Хлеб пшеничный	80
ТТК№41	Чай с молоком	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
56шк	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100
146 шк	Суп картофельный с клецками	200/20
ТТК№1	Котлета из мяса индейки в соусе сметанно-томатном	120
414шк	Рис отварной	190
109 шк	Хлеб ржаной	80
506шк	Кисель из яблок сушеных	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
105шк	Масло сливочное	10
108 шк	Хлеб пшеничный	75
341шк	Макаронные изделия отварные с сыром	200
518 шк	Сок фруктовый (апельсин)	200
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ТТК № 44	Творожники песочные	75
4.1.50скурсур	Продукт кисломолочный сладкий "Снежок Вологжанка" 2,5%	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 23-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 23-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 23-Й ДЕНЬ		

Меню: 24 день

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г
ЗАВТРАК		
ГТК № 96	Омлет с запеченным картофелем и соленым огурцом	200
112шк	Фрукты свежие (банан)	100
108 шк	Хлеб пшеничный	80
499шк	Какао с молоком сгущенным	200
ИТОГО В ЗАВТРАК		
ОБЕД		
75шк	Салат картофельный с сол. огурцами и зел.гор.	100
131шк	Свекольник (без капусты) со сметаной	300
ГТК №4	Плов из свинины	200
112 шк	Фрукты свежие (киви)	120
108 шк	Хлеб пшеничный	90
508шк	Компот из смеси сухофруктов	200
ИТОГО В ОБЕД		
ПОЛДНИК 20-25%		
ГТК№66	Бутерброд с сыром	45
256шк	Каша пшеничная вязкая	220
494шк	Чай с лимоном	200
112шк	Фрукты свежие (груша)	120
ИТОГО в ПОЛДНИК 20-25%		
ПОЛДНИК 15%		
ГТК № 48	Хлебец "Калорийный"	75
516шк	Кефир	200
ИТОГО В ПОЛДНИК 15%		
ВСЕГО ЗА 24-Й ДЕНЬ полдник 20-25%		
ВСЕГО ЗА 24-Й ДЕНЬ полдник 15%		
ВСЕГО ЗА 24-Й ДЕНЬ		