**Осенне-зимнее меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Выход**  | **Наименование блюда** | **Выход**  | **Наименование блюда** | **Выход**  | **Наименование блюда** | **Выход**  | **Наименование блюда** | **Выход**  |
|  | **ДЕНЬ 1** |  | **ДЕНЬ 2** |  | **ДЕНЬ 3** |  | **ДЕНЬ 4** |  | **ДЕНЬ 5** |  |
| **завтрак** | Каша пшенная молочная жидкая | 150/200 | Суп молочный с рисовой крупой | 150/200 | Суп молочный с крупойгречневый | 150/200 | Каша из пшена и риса молочная жидкая | 150/200 | Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» молочная  | 150/200 |
| Чай с сахаром | 180/200 | Чай с сахаром | 180/200 | Чай с сахаром | 180/200 | Чай с сахаром | 180/200 | Чай с сахаром | 180/200 |
| Батон осенний, сыр | 40/10 (15) | Бутерброд с маслом | 40/40/10 | Батон осенний, сыр | 40/10(15) | Бутерброд с повидлом | 40/40 | Бутерброд с маслом | 40/40 |
| 2з | Фруктовый сок  | 100 | Яблоко свежее | 100 | Фруктовый сок | 100 | Яблоко свежее | 100 | Фруктовый сок | 100 |
| **обед** | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 |
| Винегрет овощной | 40/60 | Салат из белокочанной капусты | 40/60 | Салат из свеклы  | 40/60 | Салат из свеклы с огурцами солёными  | 40/60 | Салат из моркови | 40/60 |
| Суп картофельный с бобовыми | 180/200 | Борщ с картофелем | 180/200 | Суп картофельный с крупой | 180/200 | Борщ с капустой и картофелем | 180/200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180/200 |
| Макароны отварные с маслом | 120/150 | Картофельное пюре | 120/150 | Тушеная капуста | 120/150 | Картофель тушеный в соусе | 120/150 | Каша гречневая рассыпчатая | 120/150 |
| Гуляш из отварного мяса | 60/80 | Рыба тушеная с овощами | 60/80 | Котлета рубленная из птицы | 60/80 | Котлета рыбная любительская | 60/80 | Тефтели мясные | 60/80 |
| Компот из сушеных фруктов | 180/200 | Компот из сушеных фруктов | 180/200 | Компот из сушеных фруктов | 180/200 | Компот из сушеных фруктов | 180/200 | Соус сметанный | 15/30 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | Компот из сушеных фруктов | 180/200 |
| **полдник** | Омлет натуральный | 80/100 | Кефир | 180/200 | Вареники ленивые  | 120/150 | Ряженка | 180/200 | Сырники из творога с повидлом | 120/150 |
| Какао с молоком | 180/200 | Булочка домашняя | 50/50 | Кофейный напиток с молоком | 180/200 | Запеканка манная | 120/150 | Кофейный напиток с молоком | 180/200 |
| Батон осенний | 40 |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ДЕНЬ 6** |  | **ДЕНЬ 7** |  | **ДЕНЬ 8** |  | **ДЕНЬ 9** |  | **ДЕНЬ 10** |  |
| **завтрак** | Суп молочный с макаронными изделиями | 150/200 | Каша жидкая пшенная с маслом | 150/200 | Каша манная жидкая | 150/200 | Каша геркулесовая молочная | 150/200 | Суп молочный с крупойгречневый | 150/200 |
| Чай с сахаром | 180/200 | Чай с сахаром | 180/200 | Чай с сахаром | 180/200 | Чай с сахаром | 180/200 | Чай с сахаром | 180/200 |
| Батон осенний, сыр | 40/10 (15) | Бутерброд с маслом | 40/40 | Батон осенний, сыр | 40/10 (15) | Бутерброд с маслом | 40/40 | Бутерброд с повидлом | 40/40 |
| 2з | Яблоко свежее | 100 | Фруктовый сок | 100 | Яблоко свежее | 100 | Фруктовый сок | 100 | Фруктовый сок | 100 |
| **обед** | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 | Хлеб ржаной | 40 |
| Салат из свеклы | 40/60 | Винегрет овощной | 40/60 | Салат из белокочанной капусты | 40/60 | Салат из солёных огурцов с луком | 40/60 | Салат из белокочанной капусты | 40/60 |
| Суп картофельный с крупой | 180/200 | Щи из свежей капусты с картофелем | 180/200 | Рассольник ленинградский | 180/200 | Борщ с капустой картофелем | 180/200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180/200 |
| Голубцы ленивые | 160/220 | Макароны отварные с маслом | 120/150/5 | Пюре картофельное | 120/150 | Рагу из овощей | 120/150 | Плов из птицы  | 180/230 |
| Компот из сушеных фруктов | 180/200 | Котлета рубленая | 60/80 | Рыба запеченная в омлете | 60/80 | Тефтели мясные | 60/80 | Компот из сушеных фруктов | 180/200 |
|  |  | Компот из сушеных фруктов | 180/200 | Компот из сушеных фруктов | 180/200 | Компот из сушеных фруктов | 180/200 |
| **полдник** | Оладьи с маслом  | 50/5 | Запеканка из творога | 120/150 | Крендель сахарный | 50/50 | Омлет натуральный | 80/100 | Сырники из творога | 120/150 |
| Молоко кипяченое | 180/200 | Какао с молоком | 180/200 | Кефир | 180/200 | Кофейный напиток с молоком | 180/200 | Какао с молоком | 180/200 |
|  |  |  |  |  |  | Батон осенний | 40/40 |  |  |