

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Т.А.Апекишева

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак				
Каша ячневая 185/145 Какао с молоком 185/150 Хлеб 25/20 с маслом7/7	Каша манная 185/145 Кофе с молоком195/165 Хлеб 25/20 с сыром12/8	Каша геркулес185/145 Чай с молоком225/185 Хлеб 25/20 с повидлом8/7	Каша пшеничная185/145 Кофе с молоком 195/165 Хлеб 25/20 с сыром12/8	Каша пшеничная185/145 Какао с молоком185/150 Хлеб 25/20 с маслом7/7
10.00				
Яблоко 90/80	Сок 90/85	Банан 90/80	Сок 90/85	Апельсин 90/80
Обед				
Горошек зел 65/45 Борщ со сметаной 220/190 Капуста тушеная 160/100 Биточки мясные с рисом 60/50 Кисель 220/150 Хлеб 35/30	Салат из капусты с кукурузой 65/65 Суп картофельный с рыбой220/180 Суфле из печени 65/65 Картофельное пюре110/90 Компот из с/ф220/180 Хлеб 35/30	Икра кабачковая65/65 Щи со сметаной 220/190 Кура в соусе95/75 Греча отварная 115/95 Компот из с/ф 220/180 Хлеб35/30	Суп картофельный с бобовыми 220/190 Рагу из говядины 160/102 Компот с/ф 220/180 Хлеб 35/30	Салат из моркови с яблоком и кукур.70/70 Уха 220/190 Азу120/100 Компот из с/ф220/180 Хлеб 35/30
Уплотненный полдник				
Макароны отварные 110/78 Биточки рыбные 60/50 Йогурт155/130 Хлеб 25/20 Печенье 25/8	Запеканка из творога 98/98 Молоко сгущ.20/20 Йогурт 155/130 Вафли 25/8 Хлеб 25/20	Омлет 80/70 Йогурт 155/130 Хлеб 25/20 Шанежка наливная 55/50	Биточки рыбные 60/50 Макароны Отварные110/78 Йогурт 155/130 Пирог с яблоком55/50 Хлеб 25/20	Запеканка творожная с морковью100/70 Молоко сгущ20/20 Чай 225/185 Печенье 25/8 Хлеб 25/20

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак				
Каша геркулесовая 185/145 Чай с молоком 225/185 Хлеб 25/20 с повидлом 8/7	Каша ячневая 185/145 Кофе с молоком 195/165 Хлеб 25/20 с сыром 12/8	Каша гречневая 185/145 Какао с молоком 185/150 Хлеб 25/20 с маслом 7/7	Каша «дружба» 185/145 Чай с молоком 225/185 Хлеб 25/20 с повидлом 8/7	Каша пшеничная 185/145 Кофе с молоком 195/165 Хлеб 25/20 с сыром 12/8
10.00				
Сок 90/85	Яблоко 90/80	Напиток витамин. 200/0	Апельсин 90/80	Сок 90/85
Обед				
Винегрет 80/80 Суп-пюре из овощей 220/190 Гренки 30/20 Плов с мясом 150/100 Компот из с/ф 220/180 Хлеб 35/30	Салат из капусты с огурцом 65/65 Свекольник со сметаной 220/190 Запеканка картофельная с мясом 110/90 Соус томат. 20/15 Компот из с/ф 220/180 Хлеб 35/30	Суп-пюре из овощей с крупой 220/190 Суфле куриное 80/70 Рагу из овощей 160/110 Кисель с/ф 220/150 Хлеб 35/30	Салат из моркови и свеклы 80/45 Рассольник 220/190 Жаркое по домашнему 120/120 Компот из с/ф 220/180 Хлеб 35/30	Суп овощной со сметаной 220/190 Рагу из говядины 160/102 Компот из с/ф 220/180 Хлеб 35/30
Уплотненный полдник				
Рыба в омлете 90/90 Хлеб 25/20 Снежок 155/130 Вафли 25/8	Суп молочный с лапшой 220/150 Хлеб 25/20 Снежок 155/130 Шанежка с картофелем 55/50	Сырники творожные с картофелем 100/70 Молоко сгущеное 20/20 Хлеб 25/20 Снежок 155/130 Печенье 25/8	Биточки рыбные 60/50 Макароны отварные 110/78 Хлеб 25/20 Снежок 155/130 Вафли 25/8	Запеканка творожная с рисом 100/74 Молоко сгущеное 20/20 Хлеб 25/20 Снежок 155/130 Сдоба обыкновенная 55/50

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 163087394189883410712196312938131625200663305512

Владелец Апекишева Татьяна Анатольевна

Действителен с 06.02.2025 по 06.02.2026