

«Утверждено»

Директор ГКОУ ВО «Омофоровская специальная  
(коррекционная) общеобразовательная школа-интернат»

  
Н.В. Павлова



« 01 » \_\_\_\_\_ 03 \_\_\_\_\_

2024 г.

## Примерное 14 - дневное меню

для учащихся ГКОУ ВО «Омофоровская специальная  
(коррекционная) общеобразовательная школа-интернат»

на 2023-2024 учебный год

№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин2	Выход готового блюда		
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18	
№ 1 ПОНЕДЕЛЬНИК	Каша рисовая молочная	200/7	250/10	Икра морковная (с 01.03)	морковь	80	100	Сок	200	200	Шницель рыбный	80	100	Йогурт	200	200
					76	96	Рыба									
					р/масло	3	3	Пирог с повидлом	80	100	р/масло	4	5	Хлеб пшеничный	25	25
					томат	4	6				молоко	6	8			
					сахар	0,8	1	р/масло	3	4	мука	4	6	лук	16	20
					лук	19	22	молоко	16	20	хлеб	10	12	Сложный гарнир	120\3	120\3
					Суп гороховый с курой	200	250	мука	40	50	Картофельное пюре	3	3			
					Кура	20	24	яйцо	1/10	1/8				Сл/масло	24	24
					р/масло	2	3	сахар	3	4	Молоко	144	144	Свекла в соусе тушённая	100	100
					сметана	4	5	дрожжи	1,6	2	Лук	12	12			
					картофель	55	60	повидло	30	40	Чай	200	200	чай	0,4	0,4
					лук	10	12	Гуляш	100	120						
					морковь	13	16				говядина	92	101	Сметана	5	5
					горох	18	20	р/масло	5	6	Мука	2	2	Хлеб пшеничный. ржаной	50	50
					томат	2	3	мука	2	2	Свекла	105	105			
					Греча	180\6	180\6	лук	15	18	Лук	24	24	Хлеб пшеничный. ржаной	50	50
								морковь	15	18	раст/масло	5	5			
					томат	6	8	Компот из сухофруктов.	200	200	Раст/масло	5	5	Хлеб пшеничный. ржаной	50	50
					Сл/масло	6	6									
					Греча	45	45	сухофрукты	15	20	Хлеб пшеничный. ржаной	40	60	Хлеб пшеничный. ржаной	50	50
					Хлеб пшеничный. ржаной	25	50	Хлеб пшеничный. ржаной	40	60						







№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин2	Выход готового блюда										
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18									
№ 4 четверг	<b>Каша манная молочная со сл. маслом.</b> <i>сл/масло</i> <i>молоко</i> <i>сахар</i> <i>манка</i>  <b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко</i> <i>сахар</i> <i>кофе</i>  <b>Хлеб пшеничный</b>  <b>сл. масло</b>  <b>Свежий фрукт</b>	<b>200/7</b> 7 100 6 31	<b>250/10</b> 10 125 7 38	<b>Огурец соленый</b> <i>Огурец</i>	<b>80</b> 101	<b>80</b> 101	<b>Яйцо варённое</b>  <b>Хлеб пшеничный</b>  <b>Сок</b>	<b>1</b>  <b>50</b>  <b>200</b>	<b>1</b>  <b>50</b>  <b>200</b>	<b>Салат из квашенной капусты с 01.03</b> <i>р/масло</i> <i>лук</i> <i>капуста</i> <i>сахар</i>	<b>80</b> 2 10 80 1	<b>100</b> 2 13 100 2	<b>Йогурт</b>  <b>Хлеб пшеничный</b>	<b>200</b>  <b>25</b>	<b>200</b>  <b>25</b>									
				<b>Ши на кур.бул.</b> <i>р/масло</i> <i>сметана</i> <i>капуста</i> <i>картофель</i> <i>лук</i> <i>морковь</i> <i>томат</i>	<b>200</b> 2 5 50 32 20 12 2	<b>250</b> 3 5 63 40 24 16 3				<b>Макароны отварные</b> <i>макароны</i> <i>сл/масло</i>	<b>150</b> 52 4	<b>180</b> 63 6				<b>Курица отварная</b> <i>курица</i>	<b>80</b> 140	<b>100</b> 175	<b>Компот из сухофруктов.</b> <i>сахар</i> <i>сух/фрукт</i>	<b>200</b> 15 15	<b>200</b> 15 20	<b>Хлеб пшеничный.</b> <b>Хлеб ржаной</b>	<b>25</b> <b>40</b>	<b>50</b> <b>60</b>
				<b>Жаркое домашнему</b> <i>Мясо</i> <i>Сл/масло</i> <i>р/масло</i> <i>картофель</i> <i>лук</i> <i>томат</i>	<b>250</b> 70 6 3 258 24 6	<b>250</b> 70 6 3 258 24 6				<b>Чай с конфетой</b> <i>Чай</i>	<b>200</b> <b>0,4</b>	<b>200</b> <b>0,4</b>				<b>Конфета</b>	<b>20</b>	<b>35</b>	<b>Хлеб пшеничный.</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>Хлеб ржаной.</b>	<b>40</b>	<b>60</b>

№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин 2	Выход готового блюда	
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18
№ 5 пятница	Каша гречневая молочная. <i>сл.масло</i> <i>молоко</i> <i>сахар</i> <i>греча</i>	200/7	250/10	Помидорсол. <i>помид.сол.</i> Суп овощной с курой <i>курица</i> <i>р/масло</i> <i>капуста</i> <i>картоф.</i> <i>лук</i> <i>морковь</i> <i>зел.гор.</i> <i>сметана</i>	80	80	Омлет  <i>сл\масло</i> <i>р/масло</i> <i>молоко</i> <i>яйцо</i>	130	130	Запеканка творожная (сырники) с изюмом <i>сл/масло</i> <i>Р/масло</i> <i>сметана</i> <i>творог</i> <i>яйцо</i> <i>мука</i> <i>сахар</i> <i>изюм</i> <i>сухари</i>	200	250	Йогурт  Хлеб пшеничный	200	200
		7	10		101	101		5	5		5	6			
		140	175		200	250		2	2		2	3			
		6	7		20	24		40	40		8	9			
		35	40		2	3		2,5	2,5		190	220			
					55	60					1/5	1/4			
	Какао <i>молоко</i> <i>сахар</i> <i>какао</i>	210	210	Картофель отварной <i>сл.масло</i> <i>картоф.</i> <i>лук</i>	10	12	СОК	200	200	<i>слив/масло</i> <i>Молоко</i> <i>Мука</i> <i>сахар</i>	110	110	Чай  <i>чай</i> <i>сахар</i>	200	200
		110	110		10	13		16	20		0,4	0,4			
		15	15		10	12		8	13		15	15			
	Хлеб пшеничный <i>сл. масло</i>	50	50	Биточки рыбные <i>Рыба</i> <i>Сл/масло</i> <i>Раст/масло</i> <i>Молоко</i> <i>мука</i> <i>лук</i> <i>хлеб</i>	5	5	Хлеб пшеничный	25	25	Хлеб пшеничный.	4	4	Фрукт	200	200
		15	15		200\6	200\6		40	40		50	50			
	Сыр	20	20	Компот из сухофруктов. <i>сахар</i> <i>сух/фрукт</i>	200	200	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	25	50	Хлеб пшеничный.	15	15	Фрукт	200	200
					15	20		40	80						

№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин2	Выход готового блюда																																		
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18																																	
№ 6 суббота	Каша «Дружба» молочная. <i>сл/масло</i> <i>молоко</i> <i>рис</i> <i>пшено</i> <i>сахар</i>	200/7	250/10	Салат из лука и горошка	60	70	Печенье	30	40	Икра морковная (с 01.03)	80	100	Йогурт	200	200																																	
				<i>р/масло</i>	2	2										Сок	200	200	<i>морковь</i>	76	96	Хлеб пшеничный	25	25																								
				<i>Лук</i>	47	58																			Свежие фрукты	200	200	<i>р/масло</i>	3	3																		
				<i>Зел/горошек</i>	38	38																									<i>томат</i>	4	6															
				Суп картофельный с курой	200	250																												<i>сахар</i>	0,8	1												
				<i>кура</i>	20	24																															<i>лук</i>	19	22									
				<i>р/масло</i>	2	3																																		Картофельное пюре со сл. маслом.	180\5	180\5						
				<i>томат</i>	2	3																																					<i>сл/масло</i>	5	5			
				<i>картофель</i>	110	120																																								<i>молоко</i>	28	28
				<i>лук</i>	14	18																																										
	<i>морковь</i>	10	13	<i>Лук</i>	10	10																																										
	Солянка из сборных овощей	150	200				Курица тушённая в соусе	80	100																																							
	<i>Рас/масло</i>	4	6							<i>Кура</i>	100	140																																				
	<i>Сметана</i>	5	6										<i>р/масло</i>	2	3																																	
	<i>Сыр</i>	4	5													<i>сметана</i>	12	12																														
<i>капуста</i>	107	143	<i>мука</i>																4	4																												
<i>лук</i>	8	10																			<i>томат</i>	5	5																									
<i>морковь</i>	27	36																						Кисель	200	200																						
<i>с/огурец</i>	33	44																									<i>Кисель сухой</i>	30	30																			
<i>томат</i>	6	8																												Хлеб пшеничный	25	25																
Котлета мясная	80	100		Хлеб ржаной	40	60																																										
<i>Говядина/свинина</i>	42/42	52/53																																														
<i>р/масло</i>	4	5																																														
<i>мука</i>	4	5																																														
<i>лук</i>	5	6																																														
<i>хлеб</i>	14	18																																														
Компот из сухофруктов.	200	200																																														
<i>сахар</i>	15	15																																														
<i>сух/фрукт</i>	15	20																																														
Хлеб пшеничный.	25	50																																														
Хлеб ржаной	40	60																																														



№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин 2	Выход готового блюда																											
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18																										
№ 8 понедельник	Каша пшённая молочная	200/7	250/10	Морковь туш.в сметане	80	100	Сок	200	200	Огурец солёный	80	80	Йогурт	200	200																										
				Морковь	100	125		Пирог с повидлом	80		100	огурец		100	100	Хлеб пшеничный	25	25																							
				Сл.масло	2	3						р/масло		3	4				Шницель рыбный	80	100																				
				Сметана	10	12						молоко		16	20					Рыба	93	136																			
				Сахар	1	2						мука		40	50					р/масло	4	5																			
				Мука	1	1						яйцо		1/10	1/8					молоко	6	8																			
				Кофейный напиток с молоком	200	200						200		Рассольник с курой	200					250	сахар	3	4	яйцо	1/10	1/10	Картофель в молоке отварной	180\5	180\5												
														кура	20					24	дрожжи	1,6	2	мука	4	6															
														р/масло	2					3	повидло	30	40	лук	16	20															
														рис	4					5	Чай	200	200	хлеб	10	12				Чай	0,4	0,4									
	картофель	90	100				с/масло			5			5	Хлеб пшеничный.	25					25																					
	лук	10	12				молоко	50	50	Хлеб ржаной.	40		60																												
	морковь	10	12				картофель	180	180							Сливочное масло	13	15																							
	сметана	5	5				мука	2	2										Свежий фрукт					200	200																
	том.паста	2	2				Макароньы отвар.	150	180																	Фрикадельки мясные				55	110	Говядина/свинина	26/26	51/52							
	огур.сол.	13	17																													Хлеб пи	8	16	Соус красный	30	30				
	Хлеб пшеничный	25	25	25	Макароньы	52						63															Сл/масло	1	1			Компот из сухоф	200	200							
					Сл/масло	4						6															мука	2	2									Сухофрукты	15	20	
					Сливочное масло	13						15															15	Фрикадельки мясные	55									110	р/масло	5	7
																					Говядина/свинина	26/26	51/52																Хлеб пшеничный.	25	25
														Хлеб пи	8					16	Хлеб ржаной.	40	60																		
										р/масло	5		7																												
										молоко	11		22																												
										лук	5		7																												
							мука	5	7																																
							Соус красный	30	30																																
	Сл/масло	1	1																																						
мука	2	2																																							
лук	2	2																																							
морковь	5	5																																							
томат	1	1																																							
Компот из сухоф	200	200																																							
Сухофрукты	15	20																																							
Сахар	15	15																																							
Хлеб пшеничный.	25	50																																							
Хлеб ржаной	40	60																																							

№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин2	Выход готового блюда				
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18			
№ 9 вторник	Каша манная молочная со сл. маслом <i>Сл/масло</i> <i>Молоко</i> <i>манка</i> <i>сахар</i>	200/7	250 /10	Помидор солен. <i>Помидорсол.</i>	80 100	100 130	Сок фруктовый  Хлеб пшеничный  Свежие фрукты	200	200	Салат из лука и зел/горошка <i>р\масло</i> <i>лук</i> <i>зел.горошек</i>	60 2 47 38	70 2 58 38	Йогурт  Хлеб пшеничный	200  25	200  25			
				Борщ с курой <i>Кура</i> <i>р/масло</i> <i>сметана</i> <i>картофель</i> <i>капусты</i> <i>морковь</i> <i>лук</i> <i>свекла</i> <i>томат</i>	200 20 2 5 22 20 10 12 40 5	250 24 3 5 27 25 13 15 50 6				Картофель тушёный <i>сл/масло</i> <i>р/масло</i> <i>картоф.</i> <i>Лук</i> Соус <i>Сметана</i> <i>Мука</i> <i>Томат</i>	180 180 5 2 180 43	180 180 5 2 180 43						
				Какао с молоком <i>молоко</i> <i>сахар</i> <i>какао</i>	200 100 15 4	200 100 15 4				Плов из говядины <i>Мясо</i> <i>Сл/масло</i> <i>р/масло</i> <i>рис</i> <i>лук</i> <i>морковь</i>	150 70 4 3 35 6 10	200 100 5 3 43 8 13				Рыба тушеная <i>Рыба</i> <i>р/масло</i> <i>мука</i>	80 125 5 5	100 156 6 6
				Хлеб пшеничный	50	50				Соус красный основной <i>Сл/масло</i> <i>Мука</i> <i>Лук</i> <i>Морковь</i> <i>томат</i>	30 1 2 2 5 1	30 1 2 2 5 1				Чай с молоком <i>молоко</i> <i>чай</i> конфета	200 100 0,4 20	200 100 0,4 35
				сл. масло	13	15				Компот из сухофруктов <i>сахар</i> <i>сухофрукты</i>	30 15 15	30 15 20				Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной	25 40	50 60
				Яйцо варённое	1	1				Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной.	50 40	50 60						





№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин 2	Выход готового блюда			
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		
№ 12 пятница	<b>Лапша молочная со сливочным маслом.</b>	<b>200/7</b>	<b>250\10</b>	<b>Огурец солёный</b>	<b>80</b>	<b>80</b>	<b>Сулфле рыбное</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>Сырники из творога</b>	<b>180\5</b>	<b>220\7</b>	<b>Йогурт</b>	<b>200</b>	<b>200</b>		
	<i>молоко</i>	100	125	<i>Огурец солёный</i>	101	101		<i>Рыба</i>	120	120	<i>Слив/масло</i>	5		7	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>
	<i>сл/масло</i>	7	10	<b>Суп картофельный с рыбой</b>	<b>200</b>	<b>250</b>		<i>сл/масло</i>	5	5	<i>Раст/масло</i>	4		5			
	<i>сахар</i>	6	7	<i>Рыба</i>	29	49		<i>Р/масло</i>	3	3	<i>творог</i>	190		220			
	<i>лапша</i>	30	37	<i>р/масло</i>	2	3		<i>Молоко</i>	32	33	<i>яйцо</i>	1/5		1/4			
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>210</b>	<b>210</b>	<i>пшено</i>	5	5		<i>Яйцо</i>	½	½	<i>мука</i>	26		32			
	<i>молоко</i>	110	110	<i>картофель</i>	90	100		<i>мука</i>	6	6	<i>сахар</i>	8		12			
	<i>сахар</i>	15	15	<i>лук</i>	10	12		<i>соль</i>	0,5	0,5	<i>изюм</i>	5		6			
	<i>кофейн.нап</i>	5	5	<i>морковь</i>	10	13		<b>СОК</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>Соус молочный</b>	<b>30</b>		<b>45</b>			
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<i>томат</i>	2	2		<b>Хлеб пшеничный ржаной</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<i>Сл/масло</i>	2		3			
	<b>Сливочное масло</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>Курица тушёная в соусе</b>	<b>50/50</b>	<b>60/50</b>		<i>Курица</i>	100	160	<i>Молоко</i>	15		23			
	<b>Сыр</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<i>Курица</i>	100	160		<i>р/масло</i>	2	3	<i>Мука</i>	2		3			
			<i>Сметана</i>	13	13	<i>Сметана</i>	13	13	<i>сахар</i>	2	3						
			<i>Мука</i>	4	5	<b>Картофельное пюре</b>	<b>180\5</b>	<b>180\5</b>	<b>Кисель</b>	<b>200</b>	<b>200</b>						
			<i>Томат</i>	5	5	<i>Сл/масло</i>	5	5	<i>Кисель</i>	30	30						
			<b>Компот из сухофруктов.</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<i>Молоко</i>	28	28	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>50</b>						
			<i>Сахар</i>	15	15	<i>Картофель</i>	205	205	<b>Фрукт</b>	<b>200</b>	<b>200</b>						
			<i>сухофрук</i>	15	20	<i>Лук</i>	5	5									
			<b>Хлеб пшеничный.</b>	<b>50</b>	<b>50</b>												
			<b>Хлеб ржаной.</b>	<b>40</b>	<b>80</b>												

№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин2	Выход готового блюда																						
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18																					
№ 13 суббота	<b>Каша манная молочная.</b>	<b>200/7</b>	<b>250\10</b>	<b>Салат из лука и горошка</b>	<b>60</b>	<b>70</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>Свекольная икра</b>	<b>80</b>	<b>100</b>	<b>Йогурт</b>  <b>Хлеб пшеничный</b>	<b>200</b>	<b>200</b>																					
	<i>сл.масло</i>	7	10	<i>р/масло</i>	2	2	<b>Печенье</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<i>Свекла</i>	<b>100</b>	<b>125</b>		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>																				
	<i>молоко</i>	100	125	<i>Лук</i>	47	58	<b>Свежий фрукт</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<i>Лук</i>	5	5			<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>																			
	<i>сахар</i>	6	7	<i>Зел/горошек</i>	38	38				<i>р/масло</i>	3	3				<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>																		
	<i>манка</i>	31	38							<b>Тефтели рыбные</b>	<b>80</b>	<b>100</b>					<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>																	
	<b>Какао с молоком</b>	<b>210</b>	<b>210</b>	<b>СУП овощной на кур/бул</b>	<b>200</b>	<b>250</b>				<i>Рыба</i>	72	90						<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>																
	<i>сахар</i>	15	15	<i>р/масло</i>	2	3				<i>Слив/масло</i>	4	5							<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>															
	<i>какао</i>	4	4	<i>сметана</i>	5	5				<i>Молоко</i>	16	20								<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>														
	<i>молоко</i>	110	110	<i>картофель</i>	55	60				<i>Мука</i>	6	8									<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>													
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<i>капуста</i>	20	25				<i>Лук</i>	15	18										<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>												
	<i>сл. масло</i>	<b>15</b>	<b>15</b>	<i>лук</i>	10	12				<i>хлеб</i>	12	14											<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>											
	<b>сыр</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<i>морковь</i>	10	13				<b>Соус красный основной</b>	<b>40</b>	<b>40</b>												<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>										
				<i>зел.горошек</i>	10	12				<i>Сл/масло</i>	1	1													<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>									
				<b>Запеканка картофельная с курой</b>	<b>200/5</b>	<b>200/5</b>				<i>Мука</i>	2	2														<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>								
				<i>сметана</i>	5	5				<i>Лук</i>	2	2															<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>							
				<i>сл/масло</i>	5	5				<i>Морковь</i>	8	8																<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>						
				<i>р/масло</i>	2	2				<i>томат</i>	2	2																	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>					
				<i>кура</i>	130	134				<b>Рис отварной с овощами</b>	<b>180\20\5</b>	<b>180\20\6</b>																		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>				
				<i>лук</i>	16	16				<i>Слив/масло</i>	5	6																			<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>			
				<i>картофель</i>	225	225				<i>Раст/масло</i>	3	3																				<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>		
				<i>хлеб</i>	3	3				<i>Рис</i>	60	60																					<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	
				<b>Компот из сухофруктов.</b>	<b>200</b>	<b>200</b>				<i>Лук</i>	25	25																						<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>
				<i>Сухофрукты</i>	15	20				<i>Морковь</i>	40	40																							<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>
			<i>Сахар</i>	15	15				<i>Томат</i>	3	3	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>																							<b>25</b>
			<b>Хлеб пшеничный.</b>	<b>50</b>	<b>50</b>				<b>Чай</b>	<b>200</b>	<b>200</b>		<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>																						<b>25</b>
			<b>Хлеб ржаной.</b>	<b>40</b>	<b>60</b>				<i>чай</i>	0,4	0,4			<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>																					<b>25</b>
									<i>сахар</i>	15	15				<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>																				<b>25</b>
									<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>50</b>					<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>																			<b>25</b>
									<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	<b>60</b>						<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>																		<b>25</b>

№	Завтрак	Выход готового блюда		Обед	Выход готового блюда		Полдник	Выход готового блюда		Ужин	Выход готового блюда		Ужин2	Выход готового блюда	
		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18		7-10	11-18
№ 14 воскресенье	<b>Каша «Дружба» молочная.</b>	<b>200/7</b>	<b>250\10</b>	<b>Икра морковная с 01.03</b>	<b>80</b>	<b>100</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>Салат из квашенной капусты с 01.03</b>	<b>80</b>	<b>100</b>	<b>Йогурт</b>	<b>200</b>	<b>200</b>
	<i>сл/масло</i>	7	10	<i>Морковь</i>	76	96	<b>Молоко</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<i>капуста</i>	80	100	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>25</b>
	<i>молоко</i>	100	100	<i>р/масло</i>	3	3				<i>сахар</i>	1	2			
	<i>рис</i>	14	14	<i>лук</i>	19	22	<b>Фрукт</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<i>лук</i>	10	13			
	<i>пшено</i>	19	19	<i>томат</i>	4	6				<i>р/масло</i>	2	2			
	<i>сахар</i>	6	7	<i>сахар</i>	0,8	1									
	<b>чай</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>Суп картофельный с крупой.</b>	<b>200</b>	<b>250</b>				<b>Биточки куриные</b>	<b>80/4</b>	<b>100/5</b>			
	<i>сахар</i>	15	15	<i>курица</i>	20	35				<i>курица</i>	136	170			
	<i>чай</i>	0,4	0,4	<i>р/масло</i>	2	3				<i>Слив/масло</i>	7	8			
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<i>рис</i>	5	5				<i>рас/масло</i>	5	6			
	<b>сл. масло</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	<i>картоф.</i>	90	100				<i>молоко</i>	20	24			
	<b>Яйцо варёное</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<i>лук</i>	12	13				<i>мука</i>	8	10			
				<i>морковь</i>	10	13				<i>хлеб</i>	13	16			
				<i>томат</i>	2	3				<b>Картофельное пюре</b>	<b>180/5</b>	<b>180/5</b>			
			<b>Курица отварная</b>	<b>80</b>	<b>100</b>				<i>Слив/масло</i>	5	5				
			<i>курица</i>	140	175				<i>Молоко</i>	28	28				
			<b>Макаронь отварные</b>	<b>120/2</b>	<b>150/3</b>				<i>Картофель</i>	205	205				
			<i>Слив/масло</i>	2	3				<i>Лук</i>	10	10				
			<i>макаронь</i>	44	54				<b>Чай с молоком</b>	<b>200</b>	<b>200</b>				
			<b>Компот из сухофруктов.</b>	<b>200</b>	<b>200</b>				<i>молоко</i>	100	100				
			<i>Сахар</i>	15	15				<i>чай</i>	0,4	0,4				
			<i>Сухофрукты</i>	15	20				<b>Конфета</b>	<b>20</b>	<b>30</b>				
			<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	<b>50</b>				<b>Хлеб пшеничный Ржаной</b>	<b>50</b>	<b>50</b>				
			<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	<b>60</b>					<b>40</b>	<b>60</b>				