

Двухнедельное меню (1 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ПОНЕДЕЛЬНИК

ЗАВТРАК

Сыр - 10/15/15/20

Каша пшеничная молочная - 150/200/220/250

Кофейный напиток на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10/10

II ЗАВТРАК

Яблоко - 100/150/200/200

ОБЕД

Огурец соленый - 25/25/30/30

Щи из свежей капусты - 150/200/250/350

Суфле из варен.курицы - 60/80/90/100

Макаронные отварные - 90/90/120/150

Компот из сухофруктов - 150/150/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/ 40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/ 66

ПОЛДНИК

Запеканка творожн. с овсян. хлопьями - 50/50/100/100

Чай сладкий - 150/200/200/200

УЖИН

Икра кабачковая - 30/45/50/50

Рыба под маринадом - 60/90/110/130

Картофельное пюре - 120/130/150/200

Плюшка - 60/60/90/90

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (1 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ВТОРНИК

ЗАВТРАК

Драчена - 60/60/70/80

Каша рисовая молочная - 150/200/220/250

Какао на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10/10

II ЗАВТРАК

Фрукт - 100/150/200/200

ОБЕД

Икра кабачковая - 30/45/50/50

Суп вермишелевый - 150/200/250/350

Курица запеченная - 85/120/120/120

Овощи тушеные - 120/130/150/200

Компот из сухофруктов - 150/150/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

ПОЛДНИК

Печенье- 15/15/50/30

Кисель - 150/200/200/200

УЖИН

Салат овощной - 40/60/70/80

Гуляш из говядины - 30/45/ 39/58 44/66 50/75

Каша гречневая - 120/130/150/200

Ватрушка с творогом - 60/60/90/90

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (1 неделя)

УТВЕРЖДАЮ
Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»
Е.В. Ермакова

СРЕДА

ЗАВТРАК

Яйцо отварное - 1/1/1/1
Каша геркулесовая молочная - 150/200/220/250
Кофейный напиток на молоке - 150/200/200/200
Хлеб ржаной - 10/10/20/25
Хлеб пшеничный - 30/50/50/66
Масло сливочное - 5/5/10/10

II ЗАВТРАК

Яблоко - 100/150/200/200

ОБЕД

Салат свекольный - 40/60/70/80
Суп овощной с зеленым горошком - 150/200/250/350
Котлета рыбная - 60/80/90/90
Рис отварной - 90/90/120/150
Компот из сухофруктов - 150/200/200
Хлеб ржаной - 20/20/40/75
Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

ПОЛДНИК

Вафли - 15/15/50/30
Кисель - 150/200/200/200

УЖИН

Икра кабачковая - 30/45/50/50
Сосиска отварная - 65/65/65/65
Пюре картофельное - 120/130/150/200
Булочка - 60/60/80/80
Чай сладкий - 150/200/200/200
Хлеб ржаной - 10/20/40/50
Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (1 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ЧЕТВЕРГ

ЗАВТРАК

Сыр - 10/15/15/20

Вермишель молочная - 150/200/220/250

Какао на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10/10

II ЗАВТРАК

Фрукт - 100/150/200/200

ОБЕД

Огурец соленый - 25/25/30/30

Суп гороховый - 150/200/250/350

Курица отварная - 80/90/110/130/

Каша гречневая - 70/90/120/150

Компот из сухофруктов - 150/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

ПОЛДНИК

Запеканка рисовая с творогом - 50/50/100/100

Чай сладкий - 150/200/200/200

УЖИН

Кукуруза консервированная - 30/30/50/50

Картофель тушеный с мясом

Булочка с изюмом - 50/50/90/90

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (1 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ПЯТНИЦА

ЗАВТРАК

Омлет - 60/60/70/80

Каша геркулесовая - 150/200/220/250

Напиток кофейный на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10/10

II ЗАВТРАК

Фрукт

ОБЕД

Огурец соленый - 25/25/30/30

Борщ из свежей капусты со сметаной - 150/200/250/350

Мясо тушеное в соусе - 30/30 39/40 44/40 48/40

Макроны отварные - 90/90/120/150

Компот из сухофруктов - 150/150/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

ПОЛДНИК

Коржик - 60/60/80/80

Чай сладкий - 150/200/200/200

УЖИН

Сельдь с зел.горошком - 24/30 /24/30/

Котлета куриная - 45/60/67/80

Пюре картофельное - 120/130/150/200

Сырники - 50/50/100/100

Чай - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (1 неделя)

УТВЕРЖДАЮ
Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»
Е.В. Ермакова

СУББОТА

ЗАВТРАК

Сыр - 10/15/15/20
Каша манная молочная - 150/200/220/250
Какао на молоке - 150/200/200/200
Хлеб ржаной - 10/10/20/25
Хлеб пшеничный - 30/50/50/66
Масло сливочное - 5/5/10/10

II ЗАВТРАК

Яблоко - 100/50/200/200

ОБЕД

С-т Овощной - 40/60/70/80
Суп фасолевый - 150/200/250/350
Рыба запеченная под маринадом
Рис отварной - 90/90/120/150
Компот из сухофруктов - 150/150/200/200
Хлеб ржаной - 20/20/40/75
Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

ПОЛДНИК

Запеканка творожная - 50/50/100/100
Кисель - 150/200/200/200

УЖИН

С-т из соленых огурцов с зел. Гор.
Рагу овощное с мясом
Пирожки с повидлом - 50/50/90/90
Чай - 150/200/200/200
Хлеб ржаной - 20/20/40/75
Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (1 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ВОСКРЕСЕНЬЕ

ЗАВТРАК

Яйцо вареное - 1/1/1/1

Каша Дружба молочная - 150/200/220/250

Напиток кофейный на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10/10

II ЗАВТРАК

Апельсин - 100/50/200/200

ОБЕД

С-т капустный - 46/60/70/80

Суп вермешелевый - 150/200/250/350

Курица отварная - 80/90/110/130

Каша гречневая - 90/90/120/150

Компот из сухофруктов - 150/150/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

ПОЛДНИК

Булочка - 50/50/100/100

Чай - 150/200/200/200

УЖИН

Винегрет - 40/60/70/80

Сосиска отварная - 65/65/65/65

Пюре картофельное - 120/130/150/200

Вафли

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (2 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ПОНЕДЕЛЬНИК

ЗАВТРАК

Сыр - 10/15/15/20

Каша рисовая молочная - 150/200/220/250

Какао на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10 10

II ЗАВТРАК

Яблоко - 100/150/200/200

ОБЕД

С-т из сол.огурцов с луком

Суп гороховый с гречками - 150/200/250/350

Чахохбили из кур - 90/100/110/130

Макаронны отварные - 90/90/120/150

Компот из сухофруктов - 150/150/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/ 40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/ 66

ПОЛДНИК

Булочка - 50/50/90/90

Чай сладкий - 150/200/200/200

УЖИН

Кукуруза консервированная - 30/30/50/50

Картофель тушеный с мясом - 120/130/150/200

Сырники - 50/50/100/100

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (2 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ВТОРНИК

ЗАВТРАК

Омлет - 60/60/70/80

Каша пшеничная молочная - 150/200/220/250

Кофейный напиток на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10 10

II ЗАВТРАК

Фрукт - 100/150/200

ОБЕД

Икра кабачковая - 30/45/50/50

Борщ сибирский - 150/200/250/350

Плов из кур - 150/170/190/230

Компот из сухофруктов - 150/150/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/ 40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/ 66

ПОЛДНИК

Запеканка творожная - 50/50/100/100

Сок - 150/200/200/200

УЖИН

Биточки из говядины - 60/80/90/100

Картофельное пюре - 120/130/150/200

Салат из капусты - 30/60/70/80

Ватрушка с повидлом - 40/90/90/100

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (2 неделя)

УТВЕРЖДАЮ
Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»
Е.В. Ермакова

СРЕДА

ЗАВТРАК

Яйцо - 1/1/1/1
Вермишель молочная - 150/200/220/250
Какао на молоке - 150/200/200/200
Хлеб ржаной - 10/10/20/25
Хлеб пшеничный - 30/50/50/66
Масло сливочное - 5/5/10 10

II ЗАВТРАК

Яблоко - 100/150/200

ОБЕД

Кукуруза консервированная - 30/30/50/50
Суп картофельный с фрикадельками - 150/200/250/350
Сосиска отварная - 65/65/65/65
Овощное рагу - 110/130/150/200
Компот из сухофруктов - 150/150/200/200
Хлеб ржаной - 20/20/ 40/75
Хлеб пшеничный - 15/25/50/ 66

ПОЛДНИК

Печенье - 15/15/30/30
Сок - 150/200/200/200

УЖИН

Огурец соленый - 25/25/30/30
Рыба под маринадом - 60/90/110/130
Картофельное пюре - 120/130/150/200
Пирожки с повидлом - 60/60/90/90
Чай сладкий - 150/200/200/200
Хлеб ржаной - 10/20/40/50
Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (2 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ЧЕТВЕРГ

ЗАВТРАК

Сыр - 10/15/15/20

Каша манная молочная - 150/200/220/250

Кофейный напиток на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10 10

II ЗАВТРАК

Фрукт

ОБЕД

Икра кабачковая - 45/45/50/50

Суп рыбный - 150/200/250/350

Суфле куриное - 60/90/110/130

Картофельное пюре - 120/130/150/200

Компот - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/ 40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/ 66

ПОЛДНИК

Пудинг творожный - 50/50/100/100

Кисель - 150/200/200/200

УЖИН

С-т из свежей капусты - 40/50/60/80

Тефтели в соусе - 70/80/90/100

Макароны - 120/130/150/200

Пироженное песочное с повидлом - 50/50/90/90

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (2 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ПЯТНИЦА

ЗАВТРАК

Омлет - 60/60/70/80

Каша «дружба» молочная - 150/200/220/250

Какао на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10 10

II ЗАВТРАК

Яблоко - 100/150/200/200

ОБЕД

Огурец соленый - 25/25/30/30

Суп вермишелевый - 150/200/250/350

Курица отварная - 60/90/110/130

Овощи тушеные - 120/130/150/200

Компот из сухофруктов - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/ 40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/ 66

ПОЛДНИК

Булочка с изюмом - 60/60/70/70

Чай сладкий - 150/200/200/200

УЖИН

Винегрет с сельдью - 40/24 60/24 70/24 80/24

Оладьи из печени - 60/80/90/100

Картофельное пюре - 120/130/150/200

Плюшка - 50/60/80/90

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (2 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

СУББОТА

ЗАВТРАК

Сыр- 15/15/15/20

Каша пшеничная молочная - 150/200/220/250

Кофе напиток на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10 10

II ЗАВТРАК

Апельсин - 100/150/200/200

ОБЕД

Икра кабачковая - 45/45/50/50

Суп овощной с фасолью - 150/200/250/350

Плов из кур - 80/105/150/170

Компот из сухофруктов - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/ 40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/ 66

ПОЛДНИК

Кекс творожный - 60/60/70/70

Кисель - 150/200/200/200

УЖИН

Огурец соленый - 25/25/30/30

Рыба под маринадом - 60/90/110/130

Картофельное пюре - 120/130/150/200

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200

Двухнедельное меню (2 неделя)

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач ГБУ РО «РДКС памяти В.И. Ленина»

Е.В. Ермакова

ВОСКРЕСЕНЬЕ

ЗАВТРАК

Яйцо - 1/1/1/1

Каша манная молочная - 150/200/220/250

Какао на молоке - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/10/20/25

Хлеб пшеничный - 30/50/50/66

Масло сливочное - 5/5/10 10

II ЗАВТРАК

Фрукт - 100/150/200/200

ОБЕД

Салат свекольный - 40/60/70/80

Суп рассольник Ленинградский - 150/200/250/350

Бефстроганов - 30/30 39/40 44/40 48/40

Каша гречневая - 120/130/150/200

Компот из сухофруктов - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 20/20/ 40/75

Хлеб пшеничный - 15/25/50/ 66

ПОЛДНИК

Вафли - 15/15/30/30

Чай - 150/150/200/200

УЖИН

Кукуруза консервированная - 30/30/50/50

Куры отварные - 60/90/110/130

Овощи тушеные - 120/130/150/200

Пирожки с повидлом - 60/60/90/90

Чай сладкий - 150/200/200/200

Хлеб ржаной - 10/20/40/50

Хлеб пшеничный - 15/25/50/66

II УЖИН

Кефир - 150/200/200/200