

## Структура основного меню

День/неделя: Понедельник - 1 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Масло порционнно	10
204	Рожки отварные с сыром	200
377	Чай с лимоном	200
	Батон	40
348	Сок 200 мл в инд.уп.	200
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>650</b>
<b>Обед</b>		
	Икра овощная	100
88/2011	Щи из свежей капусты с картофелем	250
291	Плов из мяса птицы	250
349	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035
<b>Итого за Обед</b>		<b>860,035</b>

Полдник		
<b>Итого за Полдник</b>		
<b>Итого за Понедельник - 1 Старшие</b>		<b>1510,035</b>

День/неделя: Вторник - 1 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Кондитерское изделие	60
174	Каша рисовая молочная	250
384	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"	200
	Хлеб пшеничный	40
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>
<b>Обед</b>		
52	Салат из свеклы отварной	100
103	Суп картофельный с вермишелью	250
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100
128	Картофельное пюре	180
357	Кисель витаминизированный	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035
<b>Итого за Обед</b>		<b>890,035</b>
<b>Полдник</b>		
<b>Итого за Вторник - 1 Старшие</b>		<b>1440,035</b>

## Структура меню Лактазная недостаточность

День/неделя: Понедельник - 1 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
268	Биточки мясные (конины) с томатным соусом	130
173	Каша гречневая рассыпчатая	180
	Чай с лимоном	200
377	Хлеб пшеничный	40
	Сок 200 мл в инд.уп.	200
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>750</b>
<b>Обед</b>		
	Икра овощная	100
88/2011	Щи из свежей капусты с картофелем	250
291	Плов из мяса птицы	280
349	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50
<b>Итого за Обед</b>		<b>920</b>

Полдник		
406	Булочка постная с маком	100
376	Чай с сахаром	200
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>
<b>Итого за Понедельник - 1 Старшие</b>		<b>1970</b>

День/неделя: Вторник - 1 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Гуляш мясной	100
	Макаронны отварные	180
384	Чай с сахаром	250
	Хлеб пшеничный	40
	Яблоко	150
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>720</b>
<b>Обед</b>		
52	Салат из свеклы отварной	100
103	Суп картофельный с вермишелью	250
294	Котлеты рубленые из мяса птицы с соусом томатным	130
128	Картофельное пюре (без молока с топленным маслом)	180
357	Кисель из вишни	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50
<b>Итого за Обед</b>		<b>950</b>
<b>Полдник</b>		
406	Булочка постная с кунжутом	100
	Сок	200
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>

Итого за Вторник - 1 Старшие			1 970,00
День/неделя: Среда - 1 Старшие			
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	
<b>Завтрак</b>			
	Горошек зеленый отварной	40	
279	Тефтели мясные с томатным соусом	130	
173	Каша гречневая вязкая	180	
377	Чай с лимоном	200	
	Хлеб пшеничный	40	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>590</b>	
<b>Обед</b>			
65	Салат из моркови с яблоком	100	
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	
289	Рагу овощное из птицы	250	
342	Компот ассорти	180	
	Хлеб пшеничный	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035	
<b>Итого за Обед</b>		<b>860,035</b>	
<b>Полдник</b>			
<b>Итого за Среда - 1 Старшие</b>		<b>1450,035</b>	
День/неделя: Четверг - 1 Старшие			
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	
<b>Завтрак</b>			
62	Салат из моркови с сахаром	100	
210	Омлет натуральный	200	
376	Чай с сахаром	200	
	Хлеб пшеничный	40	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>	
<b>Обед</b>			
67	Винегрет овощной	100	
96	Рассольник московский (крупа перловая)	250	
293	Цыпленок запеченный	100	
202	Рожки отварные	180	
349	Компот из сухофруктов	180	
	Хлеб пшеничный	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035	
<b>Итого за Обед</b>		<b>890,035</b>	
<b>Полдник</b>			
<b>Итого за Четверг - 1 Старшие</b>		<b>1430,035</b>	

Итого за Вторник - 1 Старшие			1 970,00
День/неделя: Среда - 1 Старшие			
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	
<b>Завтрак</b>			
	Горошек зеленый отварной	40	
279	Тефтели мясные с томатным соусом	130	
173	Каша гречневая вязкая	180	
377	Чай с лимоном	200	
	Хлеб пшеничный	40	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>590</b>	
<b>Обед</b>			
65	Салат из моркови с яблоком	100	
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	
289	Рагу из овощей с курицей	280	
342	Компот из свежих яблок	200	
	Хлеб пшеничный	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	
<b>Итого за Обед</b>		<b>920</b>	
<b>Полдник</b>			
424	Булочка постная с маком	100	
376	Чай с сахаром	200	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	
<b>Итого за Среда - 1 Старшие</b>		<b>1 810,00</b>	
День/неделя: Четверг - 1 Старшие			
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	
<b>Завтрак</b>			
62	Салат из моркови с сахаром	100	
210	Омлет натуральный (без молока)	200	
376	Чай с сахаром	200	
	Хлеб пшеничный	60	
	Груша	150	
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>710</b>	
<b>Обед</b>			
67	Винегрет овощной	100	
96	Рассольник московский (крупа перловая)	250	
293	куриное филе запеченное с соусом томатным	130	
202	Макароны отварные	180	
349	Компот из сухофруктов	200	
	Хлеб пшеничный	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	
<b>Итого за Обед</b>		<b>950</b>	
<b>Полдник</b>			
415	Булочка постная с кунжутом	100	
	Чай с сахаром, 200/11	200	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	

День/неделя: Пятница - 1 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
175	Каша молочная "Дружба"	250
384	Кофейный напиток	200
	Батон	40
338	Фрукт, 1 шт	150
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>640</b>
<b>Обед</b>		
45	Салат из белокочанной капусты	100
102	Суп картофельный с горохом	250
268	Котлеты рубленые из мяса	100
173	Каша гречневая вязкая	180
349	Компот из свежих яблок	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035
<b>Итого за Обед</b>		<b>890,035</b>
<b>Полдник</b>		
<b>Итого за Пятница - 1 Старшие</b>		<b>1 630,035</b>
День/неделя: Понедельник - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Икра овощная	100
204	Рожки отварные с сыром	200
376	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	40
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>
<b>Обед</b>		
	Горошек зеленый отварной	50
	Кукуруза порционно	50
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250
260	Гуляш из птицы	100
171	Каша рисовая рассыпчатая	180
342	Компот ассорти	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035
<b>Итого за Обед</b>		<b>890,035</b>
<b>Полдник</b>		
<b>Итого за Понедельник - 2 Старшие</b>		<b>1430,035</b>

Итого за Четверг - 1 Старшие		1 960,00
День/неделя: Пятница - 1 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Запеканка творожная	200
	Соус ягодный	50
384	Чай с сахаром и лимоном	200
	Хлеб пшеничный	40
	Виноград	100
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>590</b>
<b>Обед</b>		
45	Салат из белокочанной капусты	100
102	Суп картофельный с горохом	250
268	Котлеты рубленые из мяса с соусом томатным	130
173	Каша гречневая рассыпчатая	180
349	Компот из свежих яблок	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50
<b>Итого за Обед</b>		<b>950</b>
<b>Полдник</b>		
406	Булочка постная с маком	100
376	Чай с сахаром	200
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>
<b>Итого за Пятница - 1 Старшие</b>		<b>1 840,00</b>
День/неделя: Понедельник - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Биточки мясные с томатным соусом	130
204	Макароны отварные	180
376	Чай с сахаром	200
	хлеб пшеничный	40
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>
<b>Обед</b>		
	Горошек зеленый отварной	50
	Кукуруза порционно	50
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250
260	Гуляш из птицы	100
171	Каша рисовая рассыпчатая	180
342	Компот из вишни	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50
<b>Итого за Обед</b>		<b>920</b>
<b>Полдник</b>		
406	Булочка постная с кунжутом	100
376	Чай с сахаром	200
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>

День/неделя: Вторник - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Сыр порционный	15
173	Каша пшеничная молочная	250
384	Кофейный напиток	200
	Хлеб пшеничный	40
	Батон	40
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>545</b>
<b>Обед</b>		
54	Салат из свеклы с яблоками	100
102	Суп картофельный с горохом	250
294	Шницель рубленый из мяса птицы	100
173	Каша гречневая вязкая	180
349	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035
<b>Итого за Обед</b>		<b>890,035</b>
<b>Полдник</b>		
<b>Итого за Вторник - 2 Старшие</b>		<b>1435,035</b>
День/неделя: Среда - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
188	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	200
377	Чай с лимоном	200
	Батон	40
348	Сок 200 мл в инд.уп.	200
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>640</b>
<b>Обед</b>		
67	Винегрет овощной	100
88/2011	Щи из свежей капусты с картофелем	250
268	Биточки мясные с томатным соусом	130
202	Рожки отварные	180
349	Компот из свежих яблок	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035
<b>Итого за Обед</b>		<b>920,035</b>
<b>Полдник</b>		
<b>Итого за Среда - 2 Старшие</b>		<b>1560,035</b>

Итого за Понедельник - 2 Старшие		1 770,00
День/неделя: Вторник - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Гуляш	100
	Картофельное пюре	180
	Чай с сахаром и лимоном	200
	Хлеб пшеничный	40
	Яблоко	150
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>670</b>
<b>Обед</b>		
54	Салат из свеклы с яблоками	100
102	Суп картофельный с горохом	250
294	Шницель рубленый из мяса птицы с соусом томатным	130
173	Каша гречневая рассыпчатая	180
349	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50
<b>Итого за Обед</b>		<b>950</b>
<b>Полдник</b>		
415	Булочка постная с маком	100
	Чай с сахаром, 200/11	200
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>
<b>Итого за Вторник - 2 Старшие</b>		<b>1 920,00</b>
День/неделя: Среда - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Запеканка из творога с соусом ягодным	250
	Сок 200 мл в инд.уп.	200
	Хлеб пшеничный	40
	Чай с шиповником	200
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>690</b>
<b>Обед</b>		
67	Винегрет овощной	100
88/2011	Щи из свежей капусты с картофелем	250
268	Биточки мясные с томатным соусом	130
202	Макароны отварные	180
349	Компот из свежих яблок	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50
<b>Итого за Обед</b>		<b>950</b>
<b>Полдник</b>		
406	Булочка постная с кунжутом	100
376	Чай с сахаром	200
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>

День/неделя: Четверг - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Горошек зеленый отварной	40
294	Котлеты рубленые из мяса птицы	100
171	Каша рисовая рассыпчатая	180
357	Кисель витаминизированный	200
	Хлеб пшеничный	40
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>
<b>Обед</b>		
62	Салат из моркови с сахаром	100
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250
259	Жаркое по-домашнему	250
342	Компот ассорти	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035
<b>Итого за Обед</b>		<b>860,035</b>
<b>Полдник</b>		
<b>Итого за Четверг - 2 Старшие</b>		<b>1420,035</b>
День/неделя: Пятница - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Джем	20
181	Каша манная молочная	250
384	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"	200
	Батон	40
	Хлеб пшеничный	40
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>
<b>Обед</b>		
20	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100
103	Суп картофельный с вермишелью	250
229	Рыба, тушенная с овощами	130
128	Картофельное пюре	180
349	Компот из сухофруктов	180
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	40
	Кислота аскорбиновая, 35 мг	0,035
<b>Итого за Обед</b>		<b>920,035</b>
<b>Полдник</b>		
<b>Итого за Пятница - 2 Старшие</b>		<b>1470,035</b>

Итого за Среда - 2 Старшие		1 940,00
День/неделя: Четверг - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Горошек зеленый отварной	40
294	Котлеты рубленые из мяса птицы с соусом томатным	130
171	Каша рисовая рассыпчатая	180
357	Кисель из вишни	200
	Хлеб пшеничный	40
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>590</b>
<b>Обед</b>		
62	Салат из моркови с сахаром	100
82	Борщ из свежей капусты с картофелем	250
259	Жаркое по-домашнему	280
342	Компот из вишни	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50
<b>Итого за Обед</b>		<b>920</b>
<b>Полдник</b>		
424	Булочка с маком	100
376	Чай с сахаром	200
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>
<b>Итого за Четверг - 2 Старшие</b>		<b>1 810,00</b>
День/неделя: Пятница - 2 Старшие		
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции
<b>Завтрак</b>		
	Поджарка мясная	100
181	Каша гречневая	180
384	Чай с сахаром и лимоном	200
	Хлеб пшеничный	40
	Груша	150
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>670</b>
<b>Обед</b>		
20	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100
103	Суп картофельный с вермишелью	250
229	Рыба, тушенная с овощами	100
128	Картофельное пюре	180
349	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	50
<b>Итого за Обед</b>		<b>920</b>
<b>Полдник</b>		
406	Булочка с кунжутом	100
	Сок	200
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>
<b>Итого за Пятница - 2 Старшие</b>		<b>1 890,00</b>