

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ПЕРИОД ЗИМА-ВЕСНА .**

2 неделя

	1 день	Выход блюد	2 день	Выход блюд	3 день	Выход блюд
Завтрак	1.Яйцо отварное 2.Чай с сахаром 3.Хлеб пшеничный с маслом,сыром	40,0 /40,0 150/200,0 20/3/3: 30/5/5	1.Каша молочная «Дружба» 2.Кофе с молоком, сахаром 3.Хлеб пшеничный с маслом,повидлом	150/200,0 150/200,0 35/3/3: 35/5/5	1.Каша молочная кукурузная 2.Какао с молоком, сахаром 3.Хлеб с маслом	150/200, 150/200, 35/3 35/5
10-30	Сок	100,0	Банан	90/60	Апельсин	90/60
Обед	1.Салат из свежей капусты на р/м 2.Суп вермишелевый на курином бульоне 3.Плов с курицей 4.Компот из сухофруктов	40/50,0 150/200,0 150/180,0 150,0/150	1.Салат свекольный с чесноком 2.Рассольник 3.Бефстроганов с пшеничным гарниром 4. Кисель	40/50,0 150/200,0 50/110 70/130 150,0/200	1.Салат из морковный на р/м 2.Свекольник 3.Котлета с картофельным пюре 4.Компот из св.заморож.ягод	40/50,0 150/200, 50/110 70/130 150/150
Полдник	1.Каша молочная ячневая 2.Чай с сахаром, молоком 3.Вафли	150,0/200 150/200,0 25, /25	1.Сырник со сгущенкой 2. Чай с сахаром	70/5 100/10 150/200,0	1.Творожная булочка 2.Ряженка	60,0 /60 100/140,
Хлеб на весь день	.Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	55/80 25/40	.Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	40/60 25/40	.Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	40/60 25/40