

**Сводная карта 3х разовое питание 2023-2024г. 7-11 лет**

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		6 день	
Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход
с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда
Каша молочная (пшено)	200	Курица(филе) в сметанном соусе	50/50	Плов с мясом	220	Пудинг из творога,	100	Макароны с сыром	150/30	Каша молочная	200
Омлет ( яйцо вареное)	1/65	Каша гречневая	150	Кофейный напиток	200	Соус молоч. или джем	50	яйцо отварное	1шт	Горячий бутерброд	70
Молоко заварное	200	Чай с лимоном	200	Хлеб пшеничный	50	Каша манная молочная	150	Молоко заварное	200	Кофейный напиток	200
Батон	50	Хлеб пшеничный	50	Сыр	15	Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	50	Фрукт	100
масло сливочное,сыр	15/15	Фрукт	100			Батон	50	Фрукт	100		
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00	
Салат из свежих помидор	80	Салат из помидор и кукурузы	80	Икра свекольная	80	Салат из капусты с огурцом	80	Салат из морск. капусты	80	Салат из св. огурцов	80
Суп лапша по домашнему	250	Суп гороховый с курицей	250	Суп кучерявый на бульоне	250	Суп рыбный	250	Свекольник со сметаной	250	Суп картоф. с мак.изд	250
Гуляш	50/50	Рыба тушенная с овощами	70/70	Биточек мясной (особый), соус	90/30	Азу по домашнему	150/50	оладьи печеночные, соус	90/50	Ежики с соусом	70/30
Рис рассыпчатый	150	Картоф. пюре	150	Макароны отварные	150	Компот из сух.фруктов	200	Каша гречневая	150	Сложный гарнир	100/50
Компот из сухфруктов	200	Кисель из свежих плодов	200	Компот из св. плодов	200	Хлеб ржаной	50	Компот из св. плодов	200	Компот из яблок, лимон	200
Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	50
Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50		50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб ржаной	50
									100		
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Печенье	50	Кекс творожный	50	Булочка	50	Печенье	50	Булочка	50	Печенье	50
Сок фруктовый	200	Кисломолочный напиток	200	Кисломолочный напиток	200	Сок фруктовый	200	Кисломолочный напиток	200	Молоко	200
<b>7 день</b>		<b>8 день</b>		<b>9 день</b>		<b>10 день</b>		<b>11 день</b>		<b>12 день</b>	
Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход
с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда
Каша молочная	200	Котлета рыбная, соус	90/50	Пудинг из творога,	100	Ежики с соусом	70/30	Курица тушенная в соусе	50/50	Каша молочная	250
Омлет( яйцо вареное)	1/65	Рис отварной	150	Соус молоч. или джем	50	Каша гречневая рассыпчат.	150	Макароны отварные	150	Горячий бутерброд	70
Кофейный напиток	200	Чай с лимоном	200	Каша овсяная молочная	150	Чай с сахаром	200	Чай с молоком	200	Кофейный напиток	200
Батон	50	Хлеб пшеничный	50	Чай с лимоном	200	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50		
масло сливочное,сыр	15/15	фрукт	100	Батон	50	фрукт		сыр	15		
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00		с 13-00 до 14-00	
Салат из св.капусты	80	Салат из св. огурцов	80	Салат из овощей	80	Салат из морск. капусты	80	Салат из свеклы с сыром	80	Салат из св. огурцов	80
Рассольник	250	Суп рыбный	250	Суп гороховый на бульоне	250	Щи из свежей капусты	250	Суп овощной	250	Борщ	250
Голубцы ленивые	200	Птица запеченная	100	Котлеты по хлыновски	90	Рыба тушенная с овощами	70/70	Плов с мясом	150/50	Печень по-строгановски	70/30
Компот из яблок, лимоном	200	Макарон издел отварные	150	Рагу овощное	150	Картофельное пюре	150	Кисель из ягоды	200	Гороховое пюре	150
Хлеб ржаной	50	Компот из св. плодов	200	Компот из св. плодов	200	Компот из сух фруктов	200	Хлеб ржаной	50	Компот из с/фруктов	200
Хлеб пшеничный	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб ржаной	50
		Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50			Хлеб пшеничный	50
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Кекс творожный	50	Печенье	50	Булочка	50	Булочка	50	творожник	50	Печенье	50
Сок фруктовый	200	Кисломолочный напиток	200	Кисломолочный напиток	200	Кисломолочный напиток	200	Сок фруктовый	200	Молоко	200

**Сводная карта 3х разовое питание 2023-2024г. 12-18 лет**

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		6 день	
Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход
с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда
Каша молочная (пшено)	200	Курица (филе) в смет.соусе	80/50	Плов с мясом	250	Пудинг из творога,	120	Макароны с сыром	180/30	Каша молочная	250
Омлет ( яйцо вареное)	1/75	Каша гречневая	180	Кофейный напиток	200	Соус молоч. или джем	50	яйцо отварное	1шт	Горячий бутерброд	70
Молоко заварное	200	Чай с лимоном	200	Хлеб пшеничный	60	Каша манная молочная	200	Молоко заварное	200	Кофейный напиток	200
Батон	50	Хлеб пшеничный	50	Сыр	20	Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный	50	Фрукт	100
масло сливочное,сыр	15/15	Фрукт	100			Батон	50	Фрукт	100		
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>	
Салат из свежих помидор	100	Салат из помидор и кукурузы	100	Икра свекольная	100	Салат из капусты с огурцом	100	Салат из морск. капусты	100	Салат из св. огурцов	100
Суп лапша по домашнему	250	Суп гороховый с курицей	250	Суп кучерявый на бульоне	250	Суп рыбный	250	Свекольник со сметаной	250	Суп картоф. с мак.изд	250
Гуляш	70/50	Рыба тушенная с овощами	70/70	Биточек мясной (особый), соус	100/50	Азу по домашнему	50/170	оладьи печеночные, соус	100/50	Ежики с соусом	100/30
Рис рассыпчатый	180	Картоф. пюре	180	Макароны отварные	180	Компот из сух.фруктов	200	Каша гречневая	180	Сложный гарнир	100/80
Компот из сухфруктов	200	Кисель из свежих плодов	200	Компот из св. плодов	200	Хлеб ржаной	50	Компот из св. плодов	200	Компот из яблок, лимон	200
Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	50
Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50			Хлеб пшеничный	50	Хлеб ржаной	50
									100		
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Печенье	50	Кекс творожный	70	Булочка	50	Печенье	50	Булочка	70	Печенье	50
Сок фруктовый	200	Кисломолочный напиток	200	Кисломолочный напиток	200	Сок фруктовый	200	Кисломолочный напиток	200	Молоко	200
<b>7 день</b>		<b>8 день</b>		<b>9 день</b>		<b>10 день</b>		<b>11 день</b>		<b>12 день</b>	
Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход	Завтрак	Выход
с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда	с 9-15 до 10-00	блюда
Каша молочная	200	Котлета рыбная, соус	100/50	Пудинг из творога,	120	Ежики с соусом	100/50	Курица тушенная в соусе	70/50	Каша молочная	250
Омлет( яйцо вареное)	1/75	Рис отварной	180	Соус молоч. или джем	50	Каша гречневая рассыпчат.	180	Макароны отварные	180	Горячий бутерброд	70
Кофейный напиток	200	Чай с лимоном	200	Каша овсяная молочная	200	Чай с сахаром	200	Чай с молоком	200	Кофейный напиток	200
Батон	60	Хлеб пшеничный	50	Чай с лимоном	200	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Фрукт	100
масло сливочное,сыр	15/15	фрукт	100	Батон	50	фрукт		сыр	15		
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>		<b>с 13-00 до 14-00</b>	
Салат из св.капусты	100	Салат из св. огурцов	100	Салат из овощей	100	Салат из морск. капусты	100	Салат из свеклы с сыром	100	Салат из св. огурцов	100
Рассольник	250	Суп рыбный	250	Суп гороховый на бульоне	250	Щи из свежей капусты	250	Суп овощной	250	Борщ	250
Голубцы ленивые	250	Птица запеченная	100	Котлеты по хлыновски	100	Рыба тушенная с овощами	70/70	Плов с мясом	70/180	Печень по- строгановски	100/50
Компот из яблок, лимоном	200	Макарон.издел.отварные	180	Рагу овощное	180	Картофельное пюре	180	Кисель из ягоды	200	Гороховое пюре	180
Хлеб ржаной	50	Компот из св. плодов	200	Компот из св.плодов	200	Компот из сух.фруктов	200	Хлеб ржаной	50	Компот из с/фруктов	200
Хлеб пшеничный	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб ржаной	50
		Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50			Хлеб пшеничный	50
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Кекс творожный	70	Печенье	50	Булочка	50	Булочка	70	творожник	50	Печенье	50
Сок фруктовый	200	Кисломолочный напиток	200	Сок фруктовый	200	Кисломолочный напиток	200	Сок фруктовый	200	Молоко	200