

Заказчик: **Муниципальное общеобразовательное учреждение "Школа-лицей № 25"**
 Адрес: **г. Москва, ул. ...**
 Телефон: **1207 700030**
 Руководитель: **И.И. Иванов**
 Подпись: **И.И. Иванов**
 МП: **И.И. Иванов**

УТВЕРЖДЕНО:
 в производстве по ТЗ Заказчика

Исполнитель:
 ООО "Правильная Кухня"

Ген. Директор ООО "Правильная Кухня"
 А.Ю. Исаев

МП



День 6

День 7

День 8

День 9

День 10

2-я неделя		3-я неделя		4-я неделя	
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша 4 злака 250гр (на молоке)	Каша манная (на молоке)	Каша гречневая (на молоке)	Каша овсяная на безлактозном молоке	Каша рисовая молочная	Каша манная с клубничкой постная
Каша кукурузная на безлактозном молоке	Каша пшеничная с курагой постная	Каша рисовая/пшеничная 250гр	Каша пшеничная на воде с тыквой	Каша манная с клубничкой постная	Каша манная с клубничкой постная
Сырники из творога запеченные	Творожные шарики запеченные	Запеканка морковная с творогом	Запеканка творожная с персиком	Запеканка творожная с тыквой	Запеканка творожная с тыквой
Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)
Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное
Морковь бэби с зеленым горошком припущенные	Котлеты морковные постные	Фасоль стручковая, припущенная с морковью	Котлеты капустные постные	Хашбраун из картофеля	Хашбраун из картофеля
Вареники отварные с фруктово-ягодными начинками из плом пром.производства	Оладьи с изюмом	Гренки запеченные в яйце	Оладьи на кефире	Блинчик со сметаной	Блинчик со сметаной
Оладьи из кукурузной муки с яблоками	Блинчик без глютена	Оладьи без глютена	Блинчик гречневый	Драники яблочные	Драники яблочные
Йогурт (ассортименте) без лактозное	Йогурт (ассортименте) без лактозное	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)
Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко
Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)
Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)
Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб без глютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый
Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром
Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара
Масло или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Масло или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Масло или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Масло или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Масло или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Масло или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)
Каша гречневая ота.	Каша гречневая ота.	Каша гречневая ота.	Каша гречневая ота.	Каша гречневая ота.	Каша гречневая ота.
Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)
Какао с молоком	Цикорий	Какао с молоком	Цикорий	Какао с молоком	Какао с молоком
Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая
Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из цитрусовых	Напиток из цитрусовых
Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соком апельсина	Гранола с мюсли, ягодами и йогуртом	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соком апельсина	Гранола с овсяными хлопьями и цукатами	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соком апельсина	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соком апельсина
Фрукты свежие (апельсины)	Фрукты свежие (груши)	Фрукты свежие (киви)	Фрукты свежие (апельсины)	Фрукты свежие (груши)	Фрукты свежие (груши)
Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (грейпфрут)	Фрукты свежие (бананы)	Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (виноград)	Фрукты свежие (виноград)
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салаты	Салаты	Салаты	Салаты	Салаты	Салаты
Салат из перца с брынзой	С-т из огур/помидор/редис/масло	С-т Цезарь/курица	С-т из б/к с помидор и огурцами	Свекла/морковь/масло отварные	Свекла/морковь/масло отварные
Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)
Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)
Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)
Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)
Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)
Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)
Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда
Суп Удон/индейка 250гр	Суп-пюре гороховый с гренками (с говядиной)	Борщ Сибирский/мясо 250гр	Суп вермишелевый/кур 250гр	Суп фасолевого/мясо 250гр	Суп фасолевого/мясо 250гр
Суп-пюре из бобовых	Суп картофельный/сл.перец 250гр	Суп-пюре из моркови/сыра 250гр	Щи из св.кап/помидор	Щи из св.кап/помидор	Щи из св.кап/помидор
Бульон мясной натур 250гр	Бульон из индейки/яйцо 250гр	Бульон из кур прозрачный/яйцо 250гр	Бульон мясной натур/яйцо 250гр	Бульон из индейки/яйцо 250гр	Бульон из индейки/яйцо 250гр
Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда
Пельмени мясные	Котлета куриная с зеленым маслом 120гр	Плов из индейки/рис 200гр	Котлета рыбная/с красным соусом	Тфтели Ежик/кур 100/40гр	Тфтели Ежик/кур 100/40гр
Индейка в кисло-сладком соусе	Перец фаршированный мясом и рисом	Фрикассе из курицы	Говядина с черносливом 80/40гр	Бефстроганов из говядины 75/50гр	Бефстроганов из говядины 75/50гр
Диета	Диета	Диета	Диета	Диета	Диета
Котлета куриная паровая	Говядина отварная 100гр	Язык отварной с болгарским перцем	Биточек паровой мясной 100гр	Куриное филе на пару/морковь/сельдерея 120гр	Куриное филе на пару/морковь/сельдерея 120гр
Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры
Картофельное пюре	Макаронные изделия отварные	Картофель отварной растительным маслом	Каша гречневая рассыпчатая	Макаронные изделия отварные	Макаронные изделия отварные
Каша гречневая ота.	Рис ота.	Гречневая лапша с овощами	Йино ота.	Каша рассыпчатая булгур	Каша рассыпчатая булгур
Капуста цветная/брокколи	Ризотто кукурузное	Кускус	Кабачки тушеные 150гр	Капуста тушеная	Капуста тушеная
Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб
Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами
Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый
Напитки	Напитки	Напитки	Напитки	Напитки	Напитки
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из цитрусовых	Напиток из цитрусовых
Напиток из шиповника без сахара	Компот из сухофруктов без сахара	Напиток яблочно-клюквенный без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток каркаде без сахара	Напиток каркаде без сахара
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Булочка сдобная с сахаром	Кекс с изюмом	Пирожок с вишней	Сочник с творогом	Вафли Венские	Вафли Венские
Шоколадные мадленки безглютеновые с клюквой	Безглютеновый кекс гречишный с вишней	Карамелизированный ананас (безглютеновый)	Безглютеновая шарлотка с яблоками	Безглютеновое печенье из кукурузной муки с апельсиновой цедрой	Безглютеновое печенье из кукурузной муки с апельсиновой цедрой
Смузи(банан)	Смузи(клубника/банан)	Смузи(вишня/банан)	Смузи(банан/груша)	Смузи(яблоко/груша)	Смузи(яблоко/груша)
Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с сыром	Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с сыром	Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с ветчиной
Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага
Йогурт фруктовый безлактозное	Йогурт фруктовый безлактозное	Йогурт фруктовый безлактозное	Йогурт фруктовый безлактозное	Йогурт фруктовый безлактозное	Йогурт фруктовый безлактозное
Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром
Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара
Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Салат из свежих овощей	С-т из б/л/помидор	Салат из моркови с огурцами и сельдереем	С-т из помидор/огурца/брынзы/ма	С-т огурцы помидоры айсберг дом. заправка	С-т огурцы помидоры айсберг дом. заправка
Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками
Куриное бедро запеченное	Крокеты из курицы с овощами и кунжутной пастой на пару	Индейка на гриле	Говядина отварная в зелени	Треска на гриле с лимоном	Треска на гриле с лимоном
Сосиски отварная	Гуляш из говядины	Котлета из индейки фаршир. Сыром	Паста с с. Болонез	Котлета куриная с зеленым маслом	Котлета куриная с зеленым маслом
Макаронные изделия отварные	Каша гречневая рассыпчатая.	Картофель жареный 150гр	Макаронные безглютеновые	Рис отварной	Рис отварной
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый
Напиток из шиповника без сахара	Компот из сухофруктов без сахара	Напиток яблочно-клюквенный без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток каркаде без сахара	Напиток каркаде без сахара



УТВЕРЖДЕНО:
в соответствии с ТЗ Заказчика
Исполнитель:
ООО "Правильная Кухня"
Ген. Директор ООО "Правильная Кухня"
А.Ю. Исаев

МП



День 1

День 2

День 3

День 4

День 5

1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	5-я неделя
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша Геркулесовая на молоке	Каша Гречневая на молоке	Каша Дружба молочная	Каша Манная молочная	Каша Гречневая на молоке
Каша пшеничная на безлактозном молоке	Каша Ячневая с яблоком на воде	Каша 4 злака на кокосовом молоке	Каша гречневая на миндальном молоке	Каша пшеничная на безлактозном молоке
Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным
Сырники из творога запеченные	Творожные шарики запеченные	Запеканка морковная с творогом	Запеканка творожная с персиком	Запеканка творожная с тыквой
Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)
Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное
Морковь/кабачки на пару	Котлеты морковные постные	Тыква запеченная	Котлеты капустные постные	Хашбрауны из картофеля
Вареники отварные с фруктово-ягодными начинками из лдф промышленного производства	Оладьи с изюмом	Горячий бутерброд с помидор/сыр 1/60гр	Оладьи на кефире	Блинчики со сметаной
Оладьи из кукурузной муки с яблоками	Блинчики безлютеиновые	Оладьи безлютеиновые	Блинчики гречневый	Драники яблочные
Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)
Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко
Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)
Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда
Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый
Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром
Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара
Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)
Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.
Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)
Какао с молоком	Цикорий	Какао с молоком	Цикорий	Какао с молоком
Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая
Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из цитрусовых
Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груш) с йогуртом	Гранола с мюсли, ягодами и йогуртом	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груш) с йогуртом	Гранола с овсяными хлопьями и цукатами	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груш) с йогуртом
Фрукты свежие (апельсины)	Фрукты свежие (груши)	Фрукты свежие (киви)	Фрукты свежие (апельсины)	Фрукты свежие (груши)
Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (грейпфрут)	Фрукты свежие (бананы)	Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (виноград)
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салаты	Салаты	Салаты	Салаты	Салаты
С-т из б/к с огурцами	С-т айсберг/редис/огурец/дом. заправ.	Салат "Греческий"	Винегрет овощной	С-т из б/к/огур/редис/масло 100гр
Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)
Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)
Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)
Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)
Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)
Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерей)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерей)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерей)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерей)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерей)
Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда
Щи из св.капусты 250гр	Борщ с мясом	Рассольник Ленинградский/говядина	Суп вермишелевый с индейкой	Харчо из говядины 250гр
Суп гороховый пост	Суп-пюре из шпината с/м	Минестроне овощной	Суп-пюре сырный/по-гетеборгски/бр	Суп-пюре из кабачков
Бульон мясной натур 250гр	Бульон из кур. прозрачный с вареным яйцом	Бульон из индейки прозрачный	Бульон мясной натур 250гр	Бульон из индейки прозрачный с вареным яйцом
Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда
Котлета по-крестьянски	Шашлычки куриные	Рыба под маринадом	Бифштекс запеченный с помидором	Кебаб из индейки с зеленью 100гр
Бефстроганов из говядины	Говядина туш.с сливочным	Чахохбили из кур	Индейка тушеная с болгарским перцем и сливочным соусом	Гуляш из говядины
диетические	диетические	диетические	диетические	диетические
Индейка запеченная	Язык отварной с болгарскими перцем	Котлета из индейки паровая	Рулет куриный с фруктами и сыром	Куриное филе на пару/морковь/сельдерей 120гр
Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры
Картофельное пюре	Макаронные изделия отварные	Картофель отварной растительным маслом	Каша гречневая рассычатая	Макаронные изделия отварные
Каша гречневая отв.	Рис отв.	Лапша Удон/овощи	Киноа с морковью, кабачками и спадим перцем	Каша рассычатая Булгур
Капуста цветная/броколи	Тыква с овощами	Кускус с петрушкой и кинзой	Капуста тушеная	Кабачки тушеные 150гр
	Макаронные безлютеиновый			Макаронные безлютеиновый
Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб
Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами
Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый
Напитки	Напитки	Напитки	Напитки	Напитки
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из цитрусовых
Напиток из шиповника без сахара	Компот из сухофруктов без сахара	Напиток из яблоко-яблочный без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток каркаде без сахара
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Булочка сдобная с сахаром	Пирожок с яблоком 60гр	Булочка с корицей	Шарлотка с яблоком	Вафли Венские
Запеченное яблоко с корицей (без пшеницы)	Запеченный персик с ягодным пюре. (без пшеницы)	Карамелизированный ананас (без пшеницы)	Безлютеиновая шарлотка с яблоками	Безлютеиновое печенье из миндальной муки
Смузи(банан)	Смузи(яблоко/банан)	Смузи(вишня/банан)	Смузи(банан/груша)	Смузи(яблоко/груша)
Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с сыром	Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с сыром	Бутерброд с ветчиной
Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага
Йогурт фруктовый безлактозный	Йогурт фруктовый безлактозный	Йогурт фруктовый безлактозный	Йогурт фруктовый безлактозный	Йогурт фруктовый безлактозный
Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром
Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара
Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Салат айсберг с огурцом и маслом	Салат из свежих овощей	Салат из свежих овощей	Салат из белокочанной капусты с огурцом	Свекла запеченная
Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками
Куриное филе гриль со шпинатом	Куриное филе гриль со шпинатом	Крокеты из курицы с овощами и кинзой на пару	Треска на гриле с лимоном	Говядина отварная в зелени
Котлета мясная с. сливочный	Котлета Загорская (куриная)	Митболс	Пельмени мясные	Котлеты Пожарские
Макаронные изделия отварные	Картофель отварной растительным маслом	Макаронные изделия отварные	Каша гречневая рассычатая	Каша гречневая рассычатая
Макаронные безлютеиновый	Макаронные безлютеиновый	Макаронные безлютеиновый		
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из цитрусовых



Меню

Меню общеобразовательной Школы "Новый Взгляд"

УТВЕРЖДЕНО:

в производство по ТЗ Заказчика

Исполнитель:

ООО "Правильная Кухня"

Ген. Директор ООО "Правильная Кухня"

А.Ю. Исаев

МП



День 11

День 12

День 13

День 14

День 15

3-я неделя					
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша Геркулесовая на молоке	Каша Гречневая на молоке	Каша Дружба молочная	Каша Манная молочная	Каша Ячневая на молоке	Каша Ячневая на молоке
Каша пшеничная на безлактозном молоке	Каша Ячневая с яблоком на воде	Каша 4 злака на кокосовом молоке	Каша гречневая на миндальном молоке	Каша пшеничная на безлактозном молоке	Каша пшеничная на безлактозном молоке
Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным	Запеканка из творога с соусом ягодным
Сырники из творога запеченные	Творожные шарики запеченные	Запеканка морковная с творогом	Запеканка творожная с тыквой	Запеканка творожная с тыквой	Запеканка творожная с тыквой
Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)
Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное
Морковь/кабачки на пару	Котлеты морковные постные	Тыква запеченная	Котлеты капустные постные	Хашбрауны из картофеля	Хашбрауны из картофеля
Вареники отварные с фруктово-ягодными начинками из п/ф промышленного производства	Оладьи с изюмом	Горячий бутерброд с помидор/сыр 160гр	Оладьи на кефире	Блинчики со сметаной	Блинчики со сметаной
Оладьи из кукурузной муки с яблоками	Блинчик безлютеиновые	Оладьи безлютеиновые	Блинчик гречневый	Драники яблочные	Драники яблочные
Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)
Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко
Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)
Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда	Сырная нарезка: сыр Гауда
Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый
Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром
Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара
Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)
Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.
Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)
Какао с молоком	Цикорий	Какао с молоком	Цикорий	Какао с молоком	Какао с молоком
Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая
Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника
Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соусом апельсиновым	Гранола с мюсли, ягодами и йогуртом	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соусом апельсиновым	Гранола с овсяными хлопьями и цукатами	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соусом апельсиновым	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соусом апельсиновым
Фрукты свежие (апельсины)	Фрукты свежие (груши)	Фрукты свежие (киви)	Фрукты свежие (апельсины)	Фрукты свежие (груши)	Фрукты свежие (груши)
Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (грейпфрут)	Фрукты свежие (бананы)	Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (виноград)	Фрукты свежие (виноград)
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салаты	Салаты	Салаты	Салаты	Салаты	Салаты
Салат из моркови с сельдереем и кукурузой	Салат витаминный с маслом растительным	Свекла с соусом зеленым	Салат айсберг с огурцом и маслом	С-т из огур/помидор/кр.лук/сметана100	С-т из огур/помидор/кр.лук/сметана100
Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)
Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)
Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)
Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)
Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)
Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)
Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда
Щи зеленые со сметаной на мясном бульоне	Уха из ассорти рыбы с рисом	Свекольник с мясом	Суп фасолевым с ветчиной и петрушкой	Щи из св.капусты 250гр	Щи из св.капусты 250гр
Суп-пюре из тыквы	Суп-пюре сырный	Суп деревенский с пшеном	Суп минестроне	Суп-пюре томатный 250гр	Суп-пюре томатный 250гр
Бульон из индейки/яйцо 250гр	Бульон мясной натур 250гр	Бульон из кур прозрачный/яйцо 250гр	Бульон мясной натур/яйцо 250гр	Бульон из индейки/яйцо 250гр	Бульон из индейки/яйцо 250гр
Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда
Котлета куриная без панирочки	Голубец любительский 100/40гр	Рыба запеченная с помидором и сметаной	Котлета куриная по-суздальски	Котлета Домашняя	Котлета Домашняя
Гуляш из индейки по-испански	Гриб стrogанов (говядина)	Бефстроганов из индейки	Говядина Мексика	Азу по-татарски	Азу по-татарски
Диета	Диета	Диета	Диета	Диета	Диета
Говядина отварная 100гр	Суфле из индейки с курагой на пару	Котлеты куриные паровые	Куриное филе с овощами	Индейка на пару	Индейка на пару
Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры
Картофельное пюре	Макаронные изделия отварные	Картофель отварной растительным маслом	Каша гречневая рассыпчатая	Макаронные изделия отварные	Макаронные изделия отварные
Каша гречневая отв.	Рис отв.	Лаваш Удон/овощи	Киноа с морковью, кабачками и сладким перцем	Каша рассыпчатая булгур	Каша рассыпчатая булгур
Капуста цветная/брокколи	Тыква с овощами	Кукуруза с петрушкой и лимон	Капуста тушеная	Кабачки тушеные 150гр	Кабачки тушеные 150гр
	Макаронные безлютеиновый			Макаронные безлютеиновый	Макаронные безлютеиновый
Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб
Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами
Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый
Напитки	Напитки	Напитки	Напитки	Напитки	Напитки
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника
Напиток из шиповника без сахара	Компот из сухофруктов без сахара	Напиток яблочно-клюквенный без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток каркаде без сахара	Напиток каркаде без сахара
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Булочка с корицей	Пирожок с яблоком 60гр	Пирожок с вишней	Шарлотка с яблоком	Вафли Венские	Вафли Венские
Запеченное яблоко с корицей (без глютена)	Запеченный персик с ягодным пюре. (без глютена)	Карамелизированный ананас (без глютена)	Безлютеиновая шарлотка с яблоками	Безлютеиновое печенье из кукурузной муки с смузи(яблоком/грушей)	Безлютеиновое печенье из кукурузной муки с смузи(яблоком/грушей)
Смузи(банан)	Смузи(клубника/банан)	Смузи(вишня/банан)	Смузи(банан/груша)	Смузи(банан/груша)	Смузи(банан/груша)
Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с сыром	Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с сыром	Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с ветчиной
Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага
Йогурт фруктовый безлактозный	Кисломолочный напиток (ряженка)	Кисломолочный напиток (кефир)	Йогурт фруктовый безлактозный	Кисломолочный напиток (ряженка)	Кисломолочный напиток (ряженка)
Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром
Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара
Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
С-т из бл/курп 100гр	Салат из свежести с сыром	Салат из свежих овощей	Свекла запеч./бл/ло	Салат из моркови и апельсина (йогуртовая заправка)	Салат из моркови и апельсина (йогуртовая заправка)
Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками
Куриное филе гриль	Индейка на гриле	Крокеты из курицы с овощами и лимон на пару	Треска на гриле с лимоном	Говядина отварная в зелени	Говядина отварная в зелени
Котлета мясная с сливочным	Котлета Загорская (куриная)	Митболс	Пельмени мясные	Котлеты Пожарские	Котлеты Пожарские
Макаронные изделия отварные	Картофель отварной растительным маслом	Макаронные изделия отварные		Каша гречневая рассыпчатая.	Каша гречневая рассыпчатая.
Макаронные безлютеиновый		Макаронные безлютеиновый			
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый	Хлеб безлютеиновый
Напиток из шиповника без сахара	Компот из сухофруктов без сахара	Напиток яблочно-клюквенный без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток каркаде без сахара	Напиток каркаде без сахара

День 16

День 17

День 18

День 19

День 20

4-я неделя	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша 4 злака 250гр (на молоке)	Каша манная (на молоке)	Каша гречневая (на молоке)	Каша овсяная на безлактозном молоке	Каша рисовая молочная	Каша манная с клубничкой постная
Каша кукурузная на безлактозном молоке	Каша пшенная с курагой постная	Каша рисовая/пшеничная 250гр	Каша пшенная на воде с тыквой	Каша пшенная с клубничкой постная	Каша манная с клубничкой постная
Сырники из творога запеченные	Творожные шарики запеченные	Запеканка морковная с творогом	Запеканка творожная с персиком	Запеканка творожная с тыквой	Запеканка творожная с тыквой
Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)	Омлет натуральный (на пару)
Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное	Яйцо вареное
Морковь бэби с зеленым горошком припущенные	Котлеты морковные постные	Фасоль стручковая, припущенная с морковью	Котлеты капустные постные	Хашбраун из картофеля	Хашбраун из картофеля
Вареники отварные с фруктово-ягодными начинками из п/ф промышленного производства	Оладьи с изюмом	Греники запеченные в яйце	Оладьи на кефире	Блинчик со сметаной	Блинчик со сметаной
Оладьи из кукурузной муки с яблоками	Блинчик без глютена	Оладьи без глютена	Блинчик гречневый	Драники яблочные	Драники яблочные
Йогурт (ассортименте) без лактозное	Йогурт (ассортименте) без лактозное	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)	Йогурт (ассортименте)
Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко	Сгущенное молоко
Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)	Соус сметанный (натуральный)
Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)	Сыр полутвердый (порциями)
Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)	Масло сливочное (порциями)
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый
Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром
Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара
Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)	Мясо или язык, или птица, или кролик отварные (индейка филе)
Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.	Каша гречневая отв.
Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)	Овощи натуральные свежие (огурцы/помидоры/перец болгарский)
Какао с молоком	Цикорий	Какао с молоком	Цикорий	Какао с молоком	Какао с молоком
Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая	Вода питьевая
Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята	Лимон, мята
Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника
Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соком апельсина	Гранола с мюсли, ягодами и йогуртом	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соком апельсина	Гранола с овсяными хлопьями и цукатами	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соком апельсина	Фруктовый салат (ананас, персик, киви, виноград, груша) с соком апельсина
Фрукты свежие (апельсины)	Фрукты свежие (груши)	Фрукты свежие (киви)	Фрукты свежие (апельсины)	Фрукты свежие (груши)	Фрукты свежие (груши)
Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (грейпфрут)	Фрукты свежие (бананы)	Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (яблоки)	Фрукты свежие (яблоки)
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салаты	Салаты	Салаты	Салаты	Салаты	Салаты
С-т из кваш. капусты/клюквы	С-т из огурцов/помидор/перец/ароматное масло	Салат из свеклы с черносливом	Салат "Греческий"	С-т Витаминный/масло	С-т Витаминный/масло
Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)	Овощи натуральные свежие (помидоры свежие)
Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)	Овощи натуральные свежие (огурцы свежие)
Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)	Овощи натуральные свежие (перец сладкий свежий)
Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)	Овощи натуральные свежие (Айсберг)
Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)	Овощи натуральные свежие (Морковные палочки)
Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)	Овощи натуральные свежие (Палочки сельдерея)
Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда	Первые блюда
Рассольник Ленинградский/кур	Уха Ростовская	Борщ Московский/мясо 250гр	Суп куриный с фрикадельками	Суп-пюре гороховый с гречками (с говядиной)	Суп-пюре гороховый с гречками (с говядиной)
Суп-пюре из моркови	Борщ вегетарианский	Суп вегетарианский	Суп-пюре из цветной капусты постный	Суп Ароматный с тыквой	Суп Ароматный с тыквой
Бульон мясной натур 250гр	Бульон из индейки/яйцо 250гр	Бульон из кур проваренный/яйцо 250гр	Бульон мясной натур/яйцо 250гр	Бульон из индейки/яйцо 250гр	Бульон из индейки/яйцо 250гр
Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда	Вторые блюда
Биточки мясные с соусом Неаполитано	Жаркое по-домашнему	Семга на пару	Плов из курицы	Котлеты Пожарские 100гр (куриная)	Котлеты Пожарские 100гр (куриная)
Индейка в кисло-сладком соусе	Куриное филе с болгарским перцем в сливочном с	Индейка тушеная со стручковой фасолью	Кур филе/кисло-сладкий 75/75гр	Говядина по сычуаньски/зеленый перец 75/50гр	Говядина по сычуаньски/зеленый перец 75/50гр
Диета	Диета	Диета	Диета	Диета	Диета
Говядина отварная 100гр	Котлета из индейки с тыквой на пару	Котлета куриная паровая	Язык отварной 75гр	Суфле из индейки с курагой	Суфле из индейки с курагой
Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры	Гарниры
Картофельное пюре	Макаронные изделия отварные	Картофель отварной растительным маслом	Каша гречневая рассычатая	Макаронные изделия отварные	Макаронные изделия отварные
Каша гречневая отв.	Рис отв.	Гречневая паша с овощами	Киноа отв.	Каша рассычатая булгур	Каша рассычатая булгур
Капуста цветная/брокколи	Рагу кукурузное	Кускус	Кабачки тушеные 150гр	Капуста тушеная	Капуста тушеная
Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб
Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной	Хлеб белый нарезной
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Компот "Ассорти"	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами
Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый
Напитки	Напитки	Напитки	Напитки	Напитки	Напитки
Компот "Ассорти"	Компот из ягод замороженных (вишня)	Компот из ягод замороженных (смородина черная)	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника	Напиток из шиповника
Напиток из шиповника без сахара	Компот из сухофруктов без сахара	Напиток из яблочно-клюквенный без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток из черной смородины без сахара
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Булочка сдобная с сахаром	Кекс с изюмом	Пирожок с вишней	Сочник с творогом	Вафли Венские	Вафли Венские
Шоколадные мадленки безглютеновые с клюквой	Безглютеновый кекс гречишный с вишней	Карамелизированный ананас (безглютена)	Безглютеновая шарлотка с яблоками	Безглютеновое печенье из кукурузной муки с апельсиновой цедрой	Безглютеновое печенье из кукурузной муки с апельсиновой цедрой
Смузи (банан)	Смузи (клубника/банан)	Смузи (вишня/банан)	Смузи (банан/груша)	Смузи (яблоко/груша)	Смузи (яблоко/груша)
Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с сыром	Бутерброд с ветчиной	Бутерброд с сыром	Бутерброд с сыром	Бутерброд с сыром
Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага	Сухофрукты (порциями) чернослив/курага
Йогурт фруктовый безлактозное	Кисломолочный напиток (ряженка)	Кисломолочный напиток (кефир)	Йогурт фруктовый безлактозное	Кисломолочный напиток (ряженка)	Кисломолочный напиток (ряженка)
Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром	Чай черный с сахаром
Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара	Чай черный без сахара
Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное	Молоко безлактозное
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Салат из свежих овощей	С-т из б/л/помидор	Салат из моркови с огурцами и сельдереем	С-т из помидор/ог/маслин/брынзы/ма	С-т огурцы помидоры айсберг дом. заправка	С-т огурцы помидоры айсберг дом. заправка
Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками	Овощи (свежая морковь, огурец, сельдерей, перец) нарезка палочками
Куриное бедро запеченное	Крокеты из курицы с овощами и янзой на пару	Индейка на гриле	Говядина отварная в зелени	Треска запеченная с травами в пергаменте	Треска запеченная с травами в пергаменте
Сосиска отварная	Гуляш из говядины	Котлета из индейки фаршир. Сыром	Паста с с. Болонез	Котлета куриная с зеленым маслом	Котлета куриная с зеленым маслом
Макаронные изделия отварные	Каша гречневая рассычатая.	Картофель жареный 150гр	Макаронные безглютеновые	Рис отварной	Рис отварной
Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный	Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый	Хлеб безглютеновый
Напиток из шиповника без сахара	Компот из сухофруктов без сахара	Напиток из яблочно-клюквенный без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток из черной смородины без сахара	Напиток из черной смородины без сахара