Утверждаю

Директор Неровня И.А.

Индивидуальное меню, двухразовое питание

Безглютеновая диета(исключить капусту,огурцы,пшеницу,макароны,горох) , десятидневное, возрастная категория с 11-18 лет,

1день	2день	3день	4день	5день	6день	7день	8день	9день	10день
Завтрак									
Каша пшенная молочная 250	Каша гречневая молочная с маслом 200	Каша рисовая молочная с маслом 250	Творожная запеканка 200 Молочный соус 110	Каша пшенная молочная с маслом 250	Каша рисовая молочная с маслом 250	Каша гречневая молочная с маслом 250	Каша ячневая молочная с маслом 250	Творожный пудинг с молочным соусом 150/100	Каша рисовая молочная с маслом 250
Молоко 200	Колбаса отварная 100	Яйцо вареное 1шт.	Молоко 200	Сосиска 100	Молоко 200	Булка с сыром 50/15	Колбаса вареная 100	Молоко 200	Сосиска 100
Булка 50	Булка 50	Булка 50	Булка 50	Булка 50	Кекс с изюмом 80	Чай сладкий 200	Булка 50	Булка 50	Булка 50
Яблоко 185	Чай сладкий 200	Чай сладкий 200	Груша 185	Молоко 200	Мандарин 185	Яблоко 185	Молоко 200	Банан 185	Чай сладкий 200
	Яблоко 185	Банан 185		Яблоко 185			Груша 185		Груша 185
Обед									
Салат из свежей моркови с чесноком на раст. .масле 100	Свекла отварная кусочком 60	Сала из свежих помидор на раст.масле	Салат витаминный 110	Салат из моркови на раст .маасле 120	Салат из свежих помидор ираст.масле 120	Салат из свежей моркови с чесноком на раст.масле 100	Салат из отварной свеклы на раст.масле 100	Салат из свежей свеклы с чесноком на раст.масле 120	Сельдь кусочком 60
Суп свекольный с мясом и сметаной 250	Суп картофельный с рыбой 250	Суп перловый с мясом и сметаной 300	Суп молочный с рисом 300	Суп мясной с фрикадельками 300	Суп из овощей со сметаной и мясом (без капусты) 300	Суп харчо с мясом 300	Рассольник с мясом и сметаной(без огурца) 300	Суп мясной 300	Суп картофельный с рыбой 300
Картофельное пюре с маслом 180	Жаркое по-домашнему 280	Картофельное пюре с маслм 150	Картофель отварной с маслом 300	Картофельное пюре с маслом 180	Картофельное пюре с маслом 180	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180	Каша перловая рассыпчатая с маслом 180	Каша рисовая рассыпчатая с маслом 180	Плов рисовый с мясом 300
Мясо порционное в томатном соусе 150	Компот из яблок 200	Эсколоп 100	Биточки из мяса с томатным соусом 135/20	Котлета мясная 90	Гуляш из отварного мяса 120	Бефстроганов из отварного мяса 120	Котлета мясная с соусом 120/20	Рулет мясной с яйцом и соусом 140/50	Компот из кураги 200
Компот из сухофруктов 200	Хлеб ржаной 70	Кисель из варенья 200	Компот из кураги 200	Компот из свежих яблок 200	Морс из брусники 200	Компот из изюма 200	Компот из изюма 200	Компот из свежих яблок 200	Хлеб ржаной 70
Хлеб ржаной 70		Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 70	Хлеб ржаной 70	Хлеб ржаной 70	Хлеб ржаной 70	Хлеб ржаной 70	Хлеб ржаной 70	