



Перспективное меню на январь – март 2023 года

1-я неделя	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
1-й завтрак	❖ Суп молочный с крупой кукурузной ❖ Чай с сахаром ❖ Бутерброд с маслом	❖ Каша манная ❖ Молочная жидкая ❖ Какао с молоком ❖ Печенье	❖ Суп молочный с гречневой крупой изделиями ❖ Чай с сахаром ❖ Хлеб пшеничный	❖ Каша вязкая геркулесовая ❖ Чай с молоком ❖ Хлеб пшеничный	❖ Суп молочный с ячневой крупой ❖ Чай с сахаром ❖ Бутерброд с маслом
2-й завтрак	❖ Фрукты свежие / Соки овощные, фруктовые и фруктовые и ягодные	❖ Плоды и ягоды свежие	❖ Фрукты свежие / Соки овощные, фруктовые и ягодные	❖ Плоды и ягоды свежие	❖ Фрукты свежие / Соки овощные, фруктовые и ягодные
обед	❖ Винегрет овощной ❖ Борщ вегетарианский ❖ Макаaronник с печенью ❖ Компот из сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный	❖ Капуста квашенная ❖ Суп картофельный с клецками ❖ Рыба тушеная с овощами ❖ Пюре картофельное ❖ Компот из сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный	❖ Огурцы соленые ❖ Щи из свежей капусты ❖ Гуляш из мяса говядины ❖ Каша перловая рассыпчатая ❖ Кисель из смеси сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный	❖ Икра из свеклы ❖ Суп картофельный с бобовыми (горох лущенный) ❖ Суфле куриное с рисом ❖ Каша пшеничная вязкая ❖ Соус томатный со сметаной ❖ Компот из сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный	❖ Помидоры соленые ❖ Борщ с капустой и картофелем ❖ Котлеты и биточки рыбные ❖ Пюре картофельное ❖ Компот из сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный
полдник	❖ Пирожок с повидлом ❖ Молоко кипяченое	❖ Яйцо отварное ❖ Икра кабачковая т/о ❖ Бутерброд с маслом ❖ Чай с лимоном	❖ Сельдь соленая ❖ Пюре картофельное ❖ Хлеб пшеничный ❖ Чай с сахаром	❖ Запеканка из творога ❖ Соус сметанный ❖ Ряженка	❖ Блиnnики с повидлом ❖ Какао с молоком

2-я неделя	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
1-й завтрак	❖ Каша ячневая вязкая ❖ Чай с сахаром ❖ Бутерброд с маслом	❖ Суп молочный с пшеничной крупой ❖ Хлеб пшеничный ❖ Чай с лимоном	❖ Суп молочный с геркулесом ❖ Печенье ❖ Чай с сахаром	❖ Каша из пшена и риса молочная жидкая («Дружба») ❖ Хлеб пшеничный ❖ Кофейный напиток со сгущенным молоком	❖ Каша пшеничная вязкая с маслом ❖ Хлеб пшеничный ❖ Чай с сахаром
2-й завтрак	❖ Фрукты свежие / Соки овощные, фруктовые и ягодные	❖ Плоды и ягоды свежие	❖ Фрукты свежие / Соки овощные, фруктовые и ягодные	❖ Плоды и ягоды свежие	❖ Фрукты свежие / Соки овощные, фруктовые и ягодные
обед	❖ Огурец соленый ❖ Суп с бобовыми (фасоль) ❖ Запеканка из пшена с рисом ❖ Капуста тушеная ❖ Компот из сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный	❖ Помидор соленый ❖ Борщ с капустой и картофелем ❖ Рыба тушеная с овощами ❖ Пюре картофельное ❖ Компот из сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный	❖ Салат из свеклы с зеленым горошком ❖ Суп-лапша домашняя ❖ Плов из птицы ❖ Кисель из повидла ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный	❖ Салат из соленых огурцов ❖ Щи из свежей/квашеной капусты ❖ Жаркое по-домашнему ❖ Компот из сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный	❖ Салат из квашеной капусты ❖ Рассольник ленинградский ❖ Котлеты или биточки рыбные с овощами ❖ Макароны отварные ❖ Соус томатный с овощами ❖ Компот из сухофруктов ❖ Хлеб пшеничный ❖ Хлеб ржано-пшеничный
полдник	❖ Запеканка из макарон с творогом ❖ Соус сметанный ❖ Молоко кипяченое	❖ Булочка домашняя ❖ Какао с молоком	❖ Омлет ❖ Икра кабачковая т/о ❖ Бутерброд с маслом ❖ Чай с лимоном	❖ Ватрушка с творогом ❖ Варенец	❖ Пирожок печеный с повидлом ❖ Какао с молоком