

**ПРИМЕРНОЕ 14 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №1659 от "23" июля 2018г  
для питания детей с 7- 10 лет, находящихся на санаторном лечении**

**1 день**

**Завтрак**

1. Каша Ароматная с маслом
2. Творожный продукт промышленного производства в ассортименте для детского питания
3. Кофейный напиток
4. Масло сливочное
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами или булочка молочная промышленного производства
6. Хлеб ржаной

**Второй завтрак**

Сок фруктовый

**Обед**

1. Редис (или редька) с огурцами и яйцом
2. Солянка домашняя со сметаной
3. Котлеты мясо-картофельные по - хлыновски с маслом
4. Овощи припущенные с маслом
5. Компот из ягод
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

**Полдник**

1. Пирожок с мясом и рисом
2. Кисломолочный напиток в ассортименте (№645-1996)
3. Фрукты в ассортименте

**Ужин**

1. Бефстроганов из отварного мяса
2. Гарнир гречневый вязкий
3. Чай с сахаром №628-1996
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

**Второй ужин**

Кисломолочный напиток в ассортименте

## **2 день**

### **Завтрак**

1. Каша ячневая - пшеничная жидкая с маслом №311-2004
2. Бутерброд с колбасными изделиями № 6-2004
3. Цикорий с молоком (р.689-2004)
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### **Второй завтрак**

Сок фруктовый в ассортименте

### **Обед**

1. Салат "Русская красавица"
2. Щи из свежей капусты с картофелем на вегетарианском бульоне со сметаной
3. Азу из говядины
4. Компот из кураги или чернослива
5. Фрукты в ассортименте
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### **Полдник**

1. Шарлотка яблочная
2. Чай с лимоном

### **Ужин**

1. Рыба "Лакомка" с маслом
2. Рагу из овощей
3. Чай с молоком
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### **Второй ужин**

Кисломолочный напиток в ассортименте

## **3 день**

### **Завтрак**

1. Каша рисовая жидкая с маслом
2. Масло сливочное (порциями)
3. Сыр порциями (твердый или колбасный или плавленый или брынза)
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами или булочка молочная промышленного производства
5. Какао с молоком
6. Хлеб ржаной

### **Второй завтрак**

Фрукты в ассортименте

### **Обед**

1. Салат из моркови и яблок
2. Рассольник ленинградский на вегетарианском бульоне со сметаной
3. Гуляш из говядины
4. Картофель толченый по деревенски
5. Помидоры свежие на подгарнировку
6. Сок фруктовый в ассортименте
7. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
8. Хлеб ржаной

### **Полдник**

1. Творожный продукт промышленного производства в ассортименте для детского питания
2. Молоко питьевое кипяченое или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке
3. Кондитерское изделие промышленного производства (вафли, пряники)

### **Ужин**

1. Слойка с корицей
2. Язык отварной или пудинг из говядины
3. Макароны изделия отварные
4. Чай с повидлом или джемом
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### **Второй ужин**

Кисломолочный напиток в ассортименте

## 4 день

### Завтрак

1. Каша гречневая вязкая с маслом №248-2013, Пермь
2. Бутерброд с икрой зернистой или паюсной №12-1997, ч.2
3. Кофейный напиток №259-2001, Пермь
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Фрукты в ассортименте

### Обед

1. Салат "Трио" с маслом
2. Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной
3. Курица, тушенная по - турецки или котлета натуральная рубленая из птицы с маслом
4. Картофельное пюре
5. Сок фруктовый в ассортименте
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Полдник

1. Яблоки печеные, фаршированные изюмом или Фрукты в ассортименте
2. Кондитерское изделие промышленного производства (шоколад)
3. Чай без сахара

### Ужин

Салат из свежих огурцов с зеленым луком

Рыба запеченная в сырной корочке с маслом

Сложный гарнир (цветная капуста отварная и картофель отварной с маслом и зеленью)

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами

Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте

## 5 день

### Завтрак

1. Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом
2. Чай с лимоном
3. Творожный продукт промышленного производства в ассортименте для детского питания
4. Масло сливочное (порциями)
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами или булочка молочная промышленного производства
6. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Сок фруктовый в ассортименте

### Обед

1. Салат "Фирменный"
2. Свекольник на мясном бульоне со сметаной
3. Рыба, запеченная в омлете с маслом  
или
4. Яйцо отварное
5. Рыба припущенная с маслом
6. Рис припущенный с овощами
7. Отвар шиповника
8. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
9. Хлеб ржаной

### Полдник

1. Пирожок с повидлом
2. Молоко питьевое кипяченое или молоко, витаминизированное в индивидуальной упаковке

### Ужин

1. Жаркое по-домашнему
2. Чай с молоком
3. Фрукты в ассортименте
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте

## **6 день**

### **Завтрак**

1. Каша пшенная жидкая с маслом
2. Бутерброд с маслом
3. Какао с молоком
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### **Второй завтрак**

Сок фруктовый в ассортименте

### **Обед**

Салат из свежих огурцов и перца с маслом

Суп - харчо с мясом

Филе куриное запеченное с помидорами и сыром с маслом

Картофель припущенный с зеленью

Компот из изюма

Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами

Хлеб ржаной

### **Полдник**

1. Суфле творожное с печеньем с молоком сгущенным
2. Молоко питьевое кипяченое или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке
3. Фрукты в ассортименте

### **Ужин**

1. Салат из свежих помидоров с луком зеленым
2. Котлеты рубленные с капустой с маслом
3. Макароны отварные с овощами
4. Чай с повидлом или джемом
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### **Второй ужин**

Кисломолочный напиток в ассортименте

## 7 день

### Завтрак

1. Каша ячневая жидкая с маслом
2. Кофейный напиток
3. Творожный продукт промышленного производства в ассортименте для детского питания
4. Масло сливочное
5. Сыр порциями (твердый или колбасный или плавленый или брынза)
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Сок фруктовый в ассортименте

### Обед

1. Салат - коктейль с ветчиной и сыром с маслом
2. Щи по-уральски (с крупой) с мясом со сметаной
3. Котлеты из кальмаров и рыбы с маслом
4. Сложный гарнир (картофельное пюре и свекла отварная)
5. Компот из ягод
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Полдник

1. Булочка домашняя
2. Чай с сахаром

### Ужин

1. Курица запеченная
2. Биточки рубленые из птицы с маслом
3. Овощное рагу с кабачками (или баклажанами или горошком зеленым)
4. Чай с карамелью
5. Фрукты в ассортименте
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте

## **8 день**

### **Завтрак**

1. Сосиски, сардельки, колбаса отварные
2. Сложный гарнир (макаронные изделия отварные, зеленый горошек консервированный)
3. Бутерброд с икрой зернистой или паюсной
4. Чай с лимоном
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### **Второй завтрак**

Сок фруктовый в ассортименте

### **Обед**

1. Салат из свежих огурцов с зеленым луком
2. Суп - пюре из картофеля
3. Бифштекс рубленый, запеченный с помидорами и сыром
4. Овощи припущенные с маслом
5. Компот из кураги или чернослива
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### **Полдник**

1. Шанежка с картофелем
2. Молоко питьевое кипяченое или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке
3. Фрукты в ассортименте

### **Ужин**

1. Рыба, запеченная в омлете с маслом или шницель рыбный натуральный с маслом
2. Яйцо отварное
3. Сложный гарнир (рис отварной и фасоль стручковая отварная с сыром с зеленью)
4. Чай с молоком
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### **Второй ужин**

Кисломолочный напиток в ассортименте



## 9 день

### Завтрак

1. Каша пшеничная жидкая с маслом
2. Бутерброд с мясными деликатесами, со свежим огурцом
3. Цикорий с молоком
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Сок фруктовый в ассортименте

### Обед

1. Салат картофельный с зеленым горошком
2. Борщ с капустой и картофелем на вегетарианском бульоне со сметаной №110-1996
3. Рыба, запеченная "Полезная" ТТК
4. Сложный гарнир (капуста брокколи отварная и картофель припущенный с зеленью)
5. Компот из изюма №588-1996
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами

### Полдник

1. Ватрушка "Царская"
2. Молоко питьевое кипяченое или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке
3. Фрукты в ассортименте

### Ужин

1. Мясо тушеное
2. Картофельное пюре
3. Слойка "Уральская"
4. Чай с повидлом или джемом
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте

## 10 день

### Завтрак

1. Пудинг из творога запеченный с молоком сгущенным
2. Кофейный напиток
3. Яйцо отварное
4. Масло сливочное (порциями)
5. Сыр порциями (твердый или колбасный или плавленый или брынза)
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами или булочка молочная промышленного производства
7. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Сок фруктовый в ассортименте

### Обед

1. Салат из моркови или салат из моркови с чесноком
2. Суп картофельный с бобовыми на вегетарианском бульоне с гренками
3. Шницель из говядины с маслом
4. Макароны отварные с овощами
5. Отвар шиповника
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Полдник

1. Пирог "Зебра"
2. Кисломолочный напиток в ассортименте  
или
3. Молоко питьевое кипяченое или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке

### Ужин

1. Салат из квашенной капусты с луком
2. Мясо духовое
3. Чай с карамелью
4. Фрукты в ассортименте
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте

## 11 день

### Завтрак

1. Каша манная жидкая с маслом
2. Бутерброд с икрой зернистой или паюсной
3. Какао с молоком
4. Кондитерское изделие промышленного производства (конфеты)
5. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Сок фруктовый в ассортименте

### Обед

1. Ассорти (рыба соленая, лук репчатый, яйцо отварное)
2. Суп картофельный с крупой с мясными фрикадельками
3. Бефстроганов из отварного мяса
4. Сложный гарнир (картофельное пюре и капуста брокколи отварная с зеленью)
5. Компот из кураги или чернослива
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Полдник

1. Булочка российская
2. Чай с сахаром
3. Фрукты в ассортименте

### Ужин

1. Салат из моркови и редьки или салат из моркови и яблок
2. Кнели из говядины с маслом и зеленью
3. Рис отварной
4. Чай с молоком
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте

## 12 день

### Завтрак

1. Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом
2. Цикорий с молоком
3. Масло сливочное (порциями) (
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами или булочка молочная промышленного производства
5. Творожный продукт промышленного производства в ассортименте для детского питания
6. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Сок фруктовый в ассортименте

### Обед

1. Салат "Мужской каприз" с маслом (БЕЗ ЛИМОНА)
2. Щи на мясном бульоне со сметаной
3. Гуляш из говядины
4. Каша перловая вязкая с маслом и зеленью
5. Компот из изюма
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Полдник

1. Пирог манный
2. Молоко питьевое кипяченое или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке

### Ужин

1. Сосиски, сардельки, колбаса отварные
1. Сложный гарнир (капуста цветная отварная с зеленью и картофельное пюре)
2. Чай с повидлом или джемом
3. Фрукты в ассортименте
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте

## 13 день

### Завтрак

1. Каша кукурузная жидкая с маслом
2. Чай с лимоном
3. Масло сливочное (порциями)
4. Сыр порциями (твердый или колбасный или плавленый или брынза)
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Фрукты в ассортименте

### Обед

1. Ассорти из кукурузы консервированной и яйца отварного
2. Уха рыбацкая
3. Мясо, тушеное с капустой
4. Сок фруктовый в ассортименте
5. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
6. Хлеб ржаной

### Полдник

1. Сырники по - киевски
2. Кисломолочный напиток в ассортименте
3. Молоко питьевое кипяченое или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке

### Ужин

1. Салат дальневосточный из морской капусты
2. Курица, запечённая по домашнему
3. Чай с карамелью
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте

## 14 день

### Завтрак

1. Каша пшенная жидкая с маслом
2. Бутерброд с икрой зернистой или паюсной
3. Какао с молоком
4. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
5. Хлеб ржаной

### Второй завтрак

Сок фруктовый в ассортименте

### Обед

1. Салат из кальмаров с помидорами и луком
2. Борщ волынский на вегетарианском бульоне сметаной
3. Говядина в кисло - сладком соусе или биточки из говядины с маслом
4. Макароны изделия отварные
5. Отвар шиповника
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Полдник

1. Слойка с яблоками
2. Молоко питьевое кипяченое или молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке
3. Фрукты в ассортименте

### Ужин

1. Салат "Греческий"
2. Рыба припущенная, с маринадом овощным и зеленью
3. Картофельное пюре
4. Чай без сахара
5. Кондитерское изделие промышленного производства (пастила)
6. Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный, обогащенный витаминами и минералами
7. Хлеб ржаной

### Второй ужин

Кисломолочный напиток в ассортименте