2022 год

ОВД. ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Утверждаю:
Директор ОГБУ «ЕДИ»
_____ Крюков В.Н.

14-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(1 неделя)

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
Ккал:	2704	2617	2747	2702	2770	2737	2760
Б/Ж/У	96.15/94.91/287	69.06/75.9/324.69	92.74/93.89/345.65	96.34/94.174/321.108	95.769/92.148/270.486	97.33/93.8/388.88	92.245/92.475/382.307

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак
- Каша манная 235
- Сыр 27
- Чай 200
- Бутер. с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Икра кабачковая 70
- Суп рисовый 400
- Котлета жареная 100
- Картоф пюре 150
- Компот из с/фр 200
- Хлеб пшеничный 55
- Хлеб ржаной 100

Полдник
- Кисломолочный Продукт 194

Ужин
- Сырники жаренные 170/10
- Яйцо 1 шт
- Какао 200
- Хлеб пшеничный 50

2-й ужин
- Фрукты 200

ВТОРНИК

Завтрак
- Морковь тёртая 100
- Каша рисовая мол 200/5
- Чай 200
- Бутер. с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Свёкла отварная протёрт. 50
- Суп карт с рыбой. 400
- Каша гречневая 100
- Печень тушёная в сметанном соусе 95
- Сок 180
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Блины с сахаром 125/5

Ужин
- Помидор марин. 75
- Картофельное пюре 150
- Сосиска отварная 73
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

СРЕДА

Завтрак
- Каша геркулес 200/5
- Чай 200
- Бутер. с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Огурец маринован 50
- Суп с макаронными изделиями 400
- Капуста тушеная 200
- Куры отварные 100
- Кисель из сока 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 200
- Булочка 90

Ужин
- Салат «Здоровье» 70
- Запеканка картофел. фарш. отвар мясом 245
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

ЧЕТВЕРГ

Завтрак
- Каша пшён .мол 210
- Сыр 27
- Чай 200
- Бутер. с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Лечо из перца 100
- Борщ со смет 400/10
- Рожки отварные 145
- Говядина отварная 50
- Компот из с/фр 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Кондитерские изд. 35

Ужин
- Салат «Петрушка» 100
- Рис отварной 150
- Соус 50
- Рыба жареная 100
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

ПЯТНИЦА

Завтрак
- Салат из св кап с морковью 70
- Картоф. пюре 150
- Колбаса вар. 98
- Чай 200
- Бутербр с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Помидор марин 75
- Суп с макаронными изделиями 400
- Капуста тушён 200
- Котлеты из кур 95
- Компот из с/фр 200
- Хлеб пшеничный 55
- Хлеб ржаной 100

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Оладьи с сахаром 100/10

Ужин
- Морковь тер. св . 100
- Запеканка творожно-ман. со сметан. 160/15
- Омлет паровой 57
- Какао 200
- Хлеб пшеничный 50

2-й ужин
- Фрукты 200

СУББОТА

Завтрак
- Каша кукурузная 190
- Чай 200
- Бутер. с маслом 30/10
- Сыр 27
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Огурец марин. 50
- Суп фасолевый 400
- Картоф пюре 150
- Гуляш из отварного мяса 90
- Сок 180
- Хлеб пшенич. 60
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Пирожок с повидл 125

Ужин
- Винегрет 155
- Минтай отварной 130
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

ВОСКРЕСЕНЬЕ

Завтрак
- Суп вермиш. молоч. 500
- Какао 200
- Бутер. с маслом 30/10
- Хлеб ржаной. 50

Обед
- Помидор марин 75
- Щи со сметаной 400/10
- Плов 265
- Кисель из повидла 200
- Хлеб пшенич. 60
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Пирож с капустой 125

Ужин
- Салат из свеж капус 70
- Картоф. пюре 150
- Сельдь 60
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

(2 неделя)

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
Ккал	2585	2776	2705	2541	2825	2732	2828
Б/Ж/У	97.847/91.387/284.889	88.125/93.658/312.172	92.92/94.57/353.91	92.327/80.31/282.443	96.292/94.976/374.762	96.461/79.398/241.793	97.771/93.64/356.725

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак
- Каша манная 205
- Сыр 27
- Чай 200
- Бутер. с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Помидор марин 75
- Суп гороховый 400
- Капуста тушен. 200
- Шницель из говяд. 70
- Компот из с/фр. 200
- Хлеб пшеничный 55
- Хлеб ржаной 100

Полдник
- Кисломолочный Продукт 194

Ужин
- Морковь тёртая 100
- Сырники жарен 170/10
- Яйцо 1 шт
- Кисель молоч. 200
- Хлеб пшеничный 50

2-й ужин
- Фрукты 200

ВТОРНИК

Завтрак
- Каша геркул.мол. 200/5
- Какао 200
- Бутер. с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Икра кабачковая 70
- Суп карт с фрикад. 400
- Рис отварной 150
- Соус томатный 50
- Сосиска 73
- Сок 180
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Оладьи с сахар 100/10

Ужин
- Помидор марин. 75
- Картофельное пюре 175
- Котлета рыбная 110
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

СРЕДА

Завтрак
- Каша гречневая с молоком 150/150
- Чай 200
- Бутер с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Помидор марин. 75
- Суп с макаронными изделиями 400
- Рагу овощное 200
- Куры отварные 100
- Кисель из сока 200
- Хлеб пшеничный 50
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 200
- Булочка 90

Ужин
- Салат «Здоровье» 70
- Жаркое по-домаш. 200
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

ЧЕТВЕРГ

Завтрак
- Каша пшён .мол 210
- Сыр 27
- Чай 200
- Бутер с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Лечо из перца 100
- Щи со смет 400/10
- Пюре картоф. 150
- Тефтеля мясная паровая 100
- Компот из с/фр. 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Кондитерские изд. 35

Ужин
- Салат «Костёр» 50
- Каша гречневая 130
- Соус 50
- Рыба отварная под маринадом 100
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

ПЯТНИЦА

Завтрак
- Салат из свеж. кап. с морковью 70
- Рожки отварные 145
- Соус томатный 55
- Колбаса вар. 98
- Чай 200
- Бутербр с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Горошек зелёный 70
- Суп с макаронными изделиями 400
- Картоф пюре 150
- Котлеты из кур 95
- Компот из с/фр 200
- Хлеб пшеничный 55
- Хлеб ржаной 100

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Блины с сахаром 125/5

Ужин
- Запеканка творожно-ман. со смет. 160/15
- Омлет паровой 57
- Какао 200
- Хлеб пшеничный 50

2-й ужин
- Фрукты 200

СУББОТА

Завтрак
- Каша рис. молоч. 205
- Какао 200
- Сыр 27
- Бутер с маслом 30/10
- Хлеб ржаной 50

Обед
- Огурец марин. 50
- Суп гречневый 400
- Картоф. пюре 150
- Бефстроганов из отварного мяса 110
- Сок 180
- Хлеб пшенич. 50
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Пирожок с ябл. 130

Ужин
- Рагу овощное 200
- Котлета рыбная 110
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200

ВОСКРЕСЕНЬЕ

Завтрак
- Лапшевник с сыром запеч. 195
- Какао 200
- Бутер с маслом 30/10
- Хлеб ржаной. 50

Обед
- Помидор марин 75
- Борщ со сметан 400/10
- Плов 265
- Кисель из повидла 200
- Хлеб пшенич. 60
- Хлеб ржаной 50

Полдник
- Кисломолочный продукт 194
- Пирож с повидлом 125

Ужин
- Салат из кваш кап 100
- Картоф. пюре 150
- Рыба жареная 60
- Чай 200
- Хлеб пшеничный 60
- Хлеб ржаной 50

2-й ужин
- Фрукты 200