

МЕНЮ

Диета стол №5



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/10	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/15/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30/15/5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/15/5	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 150/5	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 150/20/5	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30/15/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 25/10	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 150/5
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 150/5	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150/5	ЧАЙ С САХАРОМ 180/15	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 150/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180/10	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 150/5	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/15/7	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180/10	БАТОН 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180/10	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180/10	БАТОН 20	ЧАЙ С САХАРОМ 180/15	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180/10	ЧАЙ С САХАРОМ 180/15
II Завтрак									
ЯБЛОКО 100	ЙОГУРТ 180	Сухие завтраки с Молоком 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	КЕФИР АЛИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 180	КЕФИР АЛИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН 180	ЯБЛОКО 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ЙОГУРТ 180	Сухие завтраки с Молоком 100
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАНН ЫЙ 50
Обед									
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ 180	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ 60	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 180	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННО Й) 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАТОЙ 60	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ 180	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 70
ТЕОФЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) 80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180	КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА 70	БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОМ 180/10/5	СУП-ПОРЕ ИЗ ПТИЦЫ 180	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЛИ РУБЕЖНЫЕ 70	СУП-ПОРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 180	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ 180	РАССОЛНИК ЛЕНИН-РАДСКИЙ С говядиной и сметаной 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 180
КАЛУСТА ТУШЕНАЯ 130	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 80	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №4.1 130	КОТЛЕТЫ ИЛИ ВИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80	ПЛОВ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	КОТЛЕТЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА 70	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 80	ПЛОВ 150
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 50	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ 50	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРОЖЕНЫМ 130	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/15/7	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 50	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 150	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ 180
Компот из сухофруктов 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ 180	Компот из свежих фруктов/ягод 180	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ 180	Компот из сухофруктов 180	Компот из свежих фруктов/ягод 180	Компот из сухофруктов 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	Компот из сухофруктов 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 10	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 10	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	
Полдник									
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ 180	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ (сухие дрожжи) 70	ВАРЕНИКИ ИЗ ПОДПЛАВКИСТА ПРОМ. ПРОИЗ-ВА 185	ЗАТЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКОМ 120	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	ЗАТЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ сыром 130	БУЛОЧКА ПОРОЖКАЯ (сухие дрожжи) 70	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ 130	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ (сухие дрожжи) 70
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/15/7	ЯБЛОКО 100	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 70	ЯБЛОКО 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	БАНАН 80	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/15/7	ЯБЛОКО 100
ЧАЙ С САХАРОМ 180/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/15/7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 180/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25		ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25		ХЛЕБ РЖАНОЙ 25		ХЛЕБ РЖАНОЙ 25