

Утверждаю

Заведующий
Матренина Ольга Геннадьевна
02.02.2026 г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

Диета стол №5

| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
|-----------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 190/5 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 190/5 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 190/5 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ 190 | КАША ПШЕНИЧАР БЛЫВАЯ 190/5 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ 190 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 90 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 190/5 | КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 190/5 |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20 | СЫР 15 | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40 | Бутерброд с джемом 40/12 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 20 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40 | СЫР 15 | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 150 | Бутерброд с джемом 40/12 | СЫР 15 |
| Чай с молоком 200 | Чай с лимоном 200 | Чай с лимонкой 190/10 | Чай с молоком 190 | Чай с молоком 190 | Чай с лимонкой 200 | Чай с лимоном 190 | Чай с молоком 200 | Чай с лимонкой 200 | Чай с молоком 200 |
| БАТОН 25 | БАТОН 30 | БАТОН 30 | БАТОН 30 | БАТОН 20 | БАТОН 25 | БАТОН 30 | БАТОН 20 | БАТОН 20 | БАТОН 30 |
| ЯБЛОКО 100 | ПОПУРТ 150 | БАНАН 100 | ПОПУРТ 150 | ЯБЛОКО 190 | ЯБЛОКО 190 | ЯБЛОКО 100 | ПОПУРТ 150 | БАНАН 100 | ПОПУРТ 150 |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ 60 | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 60 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ 60 | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) 190 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 90 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60 | САЛАТ "СТЕНОИ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ 60 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 60 |
| СУП ПЛОРЕ ИЗ ПТИЦЫ 190 | ШН ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 190 | РАСОСЛИЧНИК ЛЕНИНГ РАДСКИЙ 190 | БОРЩ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ 190 | СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 190 | СУП С МАКАРОНИИМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КРУПЦЕЙ 190 | СУП ПЛОРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 190 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ 190 | СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 190 | СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 190 |
| ТЕОРЕМЫ МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ И СВИНИНЫ 90 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ГОВЯДИНЫ 80 | КОТЛЕТЫ РУБЦОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 10 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 90 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С ИЗЮМОМ СВИНИНЫ 190 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ И СВИНИНЫ 70 | КОТЛЕТЫ РУБЦОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 70 | РЫБЧ. ПРИПШЕННАЯ 90 | БЕЗОТГОДАНОВ ИЗ СЕРДЦА ГОВЯЖЬЕГО ОТВАРНОГО 90 | ПЛОВ С МЯСОМ СВИНИНЫ 190 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130 | ПЛОРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ 150 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСРЫПЧАТАЯ 150 | ПЛОРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ 150 | ПЛОРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ 150 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАСРЫПЧАТАЯ 130 | ПЛОРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ 150 | ПЛОРЕ КАРТОВЕЛЬНОЕ 150 | ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 | |
| СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЦАМИ 50 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЦАМИ 50 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЦАМИ 50 | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 |
| Компот из сухофруктов 190 | Компот из свежих фруктов/ягод 190 | Компот из свежих фруктов/ягод 190 | Компот из сухофруктов 190 | Чай с лимонкой 190/10 | Компот из свежих фруктов/ягод 190 | Компот из сухофруктов 190 | Компот из свежих фруктов/ягод 190 | Компот из свежих фруктов/ягод 190 | Компот из свежих фруктов/ягод 190 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 10 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 10 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 |
| Дополнительно 15 ч | | | | | | | | | |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАН 50 |
| ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ 110 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ 70 | Запеканка картофельная с мясом 100 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКОМ 120 | БЛУЧКА ДОРОЖНАЯ 50 | ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ 195 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130 | Макаронные изделия отварные 100 | Сухие творожные 130 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ 70 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ 30 | | | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | БАНАН 100 | | СОУС СМЕТАННЫЙ 50 | Фрикадельки из птицы 40 | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 190 | Чай сладкий 190 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150 | Чай с лимоном 190/10 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 190 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150 | Чай сладкий 190 | Чай с лимонкой 190/10 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 10 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 15 | |

