

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
 «2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
 муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
 678384 РС (Я), Намский улус, с. Хатаас, ул. Н.Габышева 33, тел/факс (841162) 28-314, e-mail: nam2khomsosh@yandex.ru

Энергетическая ценность (ккал) итого по дням										
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
с 7 лет до 11 лет	1451,205	1287,16	1324,115	1424,54	1380,7	1277,48	1277,75	1357,94	1347,324	1252,12
с 11 лет и старше	1931,016	1931,016	1650,516	1925,555	1644,5	1515,6	1602,975	1492,606	1600,43	1450,09

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
 «2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
 муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
 678384 РС (Я), Намский улус, с. Хагас, ул. Н.Г.Абышева 33, тел./факс (841162) 28-314, e-mail: nam2kkhomsosh@yandex.ru

**День: первый**

**Неделя: первая**

**Сезон: осенне-зимний**

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет						Возрастная категория с 11 лет и старше					
		Масса порции		Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность	Масса порции		
		Б	Ж	У	Б			Ж	У		Б	Ж	У
<b>Завтрак</b>													
182	Каша манная жидкая	180	7,344	9,216	30,456	234	200	8,16	10,24	33,84	260		
943	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	35	200	0,1	0,02	9,9	35		
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4		
41	Масло	5	0,04	3,625	0,065	28,3	5	0,04	3,625	0,065	28,3		
<b>Всего за завтрак</b>		445	12,224	22,701	74,141	539,1	485	14,62	27,005	88,765	645,7		
<b>Обед</b>													
33	Салат из свеклы	80	1,12	6,56	6,4	88	100	1,4	8,2	8	110		
170	Борщ	200	1,86	6,6	10,86	110	300	2,79	9,9	16,29	165		
608	Котлеты	80	12,44	9,24	12,56	183,00	100	14,73	16,14	18,63	278,75		
688	Макаронные изделия	150	5,475	4,17	33,255	196,305	180	6,507	5,004	39,906	235,566		
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	100	7,9	16,4	56,2	403		
959	Какое с молоком	200	3,6	2,7	13,8	93	200	3,6	2,7	13,8	93		
<b>Всего за обед</b>		770	29,235	39,11	110,595	912,105	980	36,927	58,344	152,826	12853,16		
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1215</b>	<b>41,459</b>	<b>61,811</b>	<b>181,736</b>	<b>1451,205</b>	<b>1465</b>	<b>51,547</b>	<b>85,349</b>	<b>241,591</b>	<b>1931,016</b>		

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
 «2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е. П. Синцева  
 муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
 678384 РС (Я), Намский улус, с. Хатаа, ул. Н.Г.Бабышева 33, тел/факс (841162) 28-314, e-mail: nam2kholmshosh@yandex.ru

День: второй

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет						Возрастная категория с 11 лет и старше											
		Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность			Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность		
		Б	Ж	У	Б	Ж	У	Калл.	Б	Ж	У	Калл.	Б	Ж	У	Калл.			
<b>Завтрак</b>																			
173	Каша рисовая вязкая	180	6,984	9	39,168	266,4	200	7,76	10	43,52	296								
943	Чай сладкий	200	0,1	0,02	9,9	35	200	0,1	0,02	9,9	35								
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4								
<i>Всего за завтрак</i>		440	11,824	18,86	82,788	543,2	480	14,18	23,14	98,38	653,4								
<b>Обед</b>																			
58	Суп с картофельный с макаронными изделиями	200	2,14	2	15,06	89,34	250	2,675	2,5	18,825	111,675								
131	Картофельное пюре	150	3,06	5,28	19,5	140,22	180	3,62	6,336	23,4	168,264								
286	мясные тефтели	80/80	11,78	12,91	14,90	223,00	100/100	14,73	16,14	18,63	278,75								
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4								
332	Кисель из концентрата	200	0	0	11,04	49,6	200	0	0	11,04	49,6								
<i>Всего за обед</i>		690	21,72	30,03	94,22	743,96	810	27,345	38,096	116,855	930,689								
<b>Итого за 2 день</b>		<b>1130</b>	<b>33,544</b>	<b>48,89</b>	<b>177,008</b>	<b>1287,16</b>	<b>1290</b>	<b>41,525</b>	<b>61,236</b>	<b>215,235</b>	<b>1584,089</b>								



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хагас, ул. П.Г.Абышева, 33, тел/факс (841162) 28-314, e-mail: nam2kkhomsosh@yandex.ru

День: третий

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет						Возрастная категория с 11 лет и старше					
		Масса порции		Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность	Масса порции		
		Б	Ж	У	Калл.			Б	Ж		У	Калл.	
<b>Завтрак</b>													
302	Каша гречневая с молоком	200	8,1	6	32,9	212,7	250	10,1	7,5	41,1	265,8		
945	Чай с молоком	200	2,8	3,2	19,99	76,25	200	2,8	3,2	19,99	76,25		
448	Оладьи со сгущенным молоком	70	7,91	7,231	42,28	261,8	100	10,13	10,33	60,4	374		
<b>Всего за завтрак</b>		470	18,81	16,431	95,17	550,75	550	23,03	21,03	121,49	716,05		
<b>Обед</b>													
187	Суп рисовый с говядиной	200	7,18	2,94	11,74	102,26	250	8,18	3,3	14,65	113		
76	Рыба тушеная в томатном соусе	80	15,3	1,3	1,1	122	100	19,125	7,875	1,375	152,5		
688	Макаронные изделия	150	5,475	4,17	33,255	196,305	180	6,507	5,004	39,906	235,566		
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4		
286	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,3	27	111	200	0,6	0,3	27	111		
<b>Всего за обед</b>		690	33,295	18,25	106,815	773,365	810	40,732	29,299	127,891	934,466		
<b>Итого за 3 день</b>		1160	52,105	34,681	201,985	1324,115	1360	63,762	50,329	249,381	1650,516		

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«2 Хомустадская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»**  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хагас, ул. Н.Г.Абышева 33, тел/факс (841162) 28-314, e-mail: nam2khhomsosh@yandex.ru

*День: четвертый*

*Неделя: первая*

*Сезон: осенне-зимний*

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет				Возрастная категория с 11 лет и старше					
		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У			Калл.	Б	Ж	
<b>Завтрак</b>											
182	Каша манная жидкая	180	7,344	9,216	30,456	234	200	8,16	10,24	33,84	260
434	Кефир	200	4	4	16	116	200	4	4	16	116
847	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	94	200	0,8	0,8	19,6	94
453	Булочки	50	3,87	3,75	28,44	163,15	50	3,87	3,75	28,44	163,15
<i>Всего за завтрак</i>		630	16,014	17,766	94,496	607,15	650	16,83	18,79	97,88	633,15
<b>Обед</b>											
58	Салат из свеклы с яблоками	60	0,66	4,32	5,22	62,28	100	1,1	7,2	8,7	103,8
208	Суп гороховый с картофелем	200	4,16	1,84	10,4	100,78	250	5,2	2,3	13	125,975
608	Котлеты	80	12,44	9,24	12,56	183,00	100	11,9	16,80	11,39	244,24
336	Капуста тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	180	3,33	7,77	41,42	256,23
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4
332	Кисель из концентрата	200	0,2	0	3,9	16	200	0,2	0	3,9	16
<i>Всего за обед</i>		750	24,98	31,72	100,32	817,39	910	28,05	47,19	123,37	1292,405
<b><i>Итого за 4 день</i></b>		1380	40,994	49,486	194,816	1424,54	1560	44,88	64,98	221,25	1925,555



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е. П. Сивцева  
муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хагас, ул. П.Г.Абышева 33, тел./факс (841162) 28-314, e-mail: nam2khomsoysh@yandex.ru

*День: пятый*  
*Неделя: первая*

**Сезон: осенне-зимний**

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет				Возрастная категория с 11 лет и старше					
		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У			Калл.	Б	Ж	
<b>Завтрак</b>											
174	Каша геркулесовая	200	8,5	13,7	34,1	286,3	250	11,35	12,1	37,975	306,45
945	Чай с молоком	200	2,8	3,2	19,99	76,25	200	2,8	3,2	19,99	76,25
459	Пирог открытый с повидлом	60	3,71	1,93	33,19	165	70	4,33	2,25	38,72	192,5
<i>Всего за завтрак</i>		460	15,01	18,83	87,28	527,55	520	18,48	17,55	96,685	575,2
<b>Обед</b>											
6	Салат морковный	60	0,92	2,06	5,8	48,0	100	1,25	3,06	6,8	74,0
209	Суп овощной на курином бульоне	200	3,44	0,5	8,36	61,2	250	4,3	0,65	10,45	76,5
304	Плов из птицы	80/130	20,30	17,00	35,69	377,00	100/160	25,38	21,25	44,61	471,25
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4
868	Компот из сухофруктов	200	0,64		26,09	125,15	200	0,64		26,09	125,15
<i>Всего за обед</i>		730	30,04	29,4	109,66	853,15	890	37,89	29,08	132,91	1069,3
<b>Итого за 5 день</b>		1190	45,05	48,23	196,94	1380,7	1410	56,37	46,63	229,595	1644,5

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хатаа, ул. Н.И.Абышева 33, тел/факс (841162) 28-314, e-mail: nam2khomsosh@yandex.ru

День: шестой

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет						Возрастная категория с 11 лет и старше					
		Масса порции		Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность	Масса порции		
		Б	Ж	У	Калл.			Б	Ж		У	Калл.	
<b>Завтрак</b>													
302	Каша гречневая с молоком	200	8,1	6	32,9	212,7	250	10,1	7,5	41,1	265,8		
959	Какое с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20	200	3,52	3,72	25,49	145,20		
458	Ватрушки с повидлом	100	1,13	2,01	30,2	150,4	100	1,13	2,01	30,2	150,4		
<i>Всего за завтрак</i>		500	12,75	11,73	88,59	508,3	550	14,75	13,23	96,79	561,4		
<b>Обед</b>													
17	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3,17	1,57	35,88	100	0,86	5,11	2,61	59,8		
87	Суп рыбный	200	6,9	6,72	11,47	133,8	250	8,6	8,4	14,34	167,25		
255	Котлеты рыбные запеченные	80	12,0	4,05	7,67	115	100	15,0	5,6	9,59	143,75		
694	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,7	200	4,08	6,4	27,26	183		
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4		
	Сок фруктовый	200	1,97		22,79	78,00	200	1,97		22,79	78,00		
<i>Всего за обед</i>		780	29,8	29,54	101,75	769,18	930	36,83	38,63	121,55	954,2		
<b>Итого за 6 день</b>		1280	42,55	41,27	190,34	1277,48	1480	51,58	51,86	218,34	1515,6		



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хагас, ул. П.И.Абышева 33, тел./факс (841162) 28-314, e-mail: nam2khomsosh@yandex.ru

День: седьмой

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет				Возрастная категория с 11 лет и старше					
		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У			Калл.	Б	Ж	
<b>Завтрак</b>											
182	Каша манная жидкая	180	7,344	9,216	30,456	234	200	8,16	10,24	33,84	260
966	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	200	5,8	5	8,4	108
	Конфеты шоколадные	10	0,8	3,33	5,3	53,8	20	1,6	6,66	10,6	107,6
454	Пирожки слобные с фаршем	60	8,54	6,22	20,35	172	60	8,54	6,22	20,35	172
<i>Всего за завтрак</i>		450	22,484	23,766	64,506	567,8	480	24,1	28,12	73,19	647,6
<b>Обед</b>											
45	Салат из квашеной капусты	80	1,84	8,08	6,88	64,09	100	2,3	10,1	9,6	140,3
208	Суп с картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,8	250	2,69	2,84	17,14	104,75
436	Жаркое по-домашнему	80/160	27,53	7,47	21,95	265,00	100/200	34,41	9,34	27,44	331,25
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4
332	Кисель из концентрата	200	0	0	11,04	49,6	200	0	0	11,04	49,6
<i>Всего за обед</i>		780	36,26	27,66	87,3	704,29	930	45,72	35,4	110,18	946,3
<b>Итого за 7 день</b>		1230	58,744	51,426	151,806	1272,09	1410	69,82	63,52	183,37	1593,9



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хагас, ул. П.Г.Абышева 33, тел/факс (841162) 28-314, e-mail: nam2khomsosh@yandex.ru

День: восьмой

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет				Возрастная категория с 11 лет и старше				
		Масса порции		Пищевые вещества (г)		Масса порции		Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность
		Б	Ж	У	Калл.	Б	Ж	У	Калл.	
<b>Завтрак</b>										
173	Каша рисовая вязкая	180	6,984	9	39,168	200	7,76	10	43,52	296
943	Чай сладкий	200	0,1	0,02	9,9	200	0,1	0,02	9,9	35
448	Оладьи с вареньем	50/20	10	10,8	51,6	50/20	10	10,8	51,6	383
<i>Всего за завтрак</i>		380	17,084	19,82	100,668	400	17,86	20,82	105,02	714
<b>Обед</b>										
6	Винегрет									
187	Суп рисовый с говядиной	200	7,18	2,94	11,74	250	8,18	3,3	14,65	113
453	Булочки	50	3,87	3,75	28,44	50	3,87	3,75	28,44	163,15
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	80	6,32	13,12	44,96	322,4
868	Компот из сухофруктов	200	0,64		26,09	200	0,64		26,09	125,15
<i>Всего за обед</i>		555	17,1545	18,8655	108,77	640	19,976	23,284	119,18	778,606
<b>Итого за 8 день</b>		935	34,2385	38,6855	209,438	1040	37,836	44,104	224,2	1492,606

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»**  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хатаас, ул. Н.Г.Габышева 33, тел./факс (841162) 28-314, e-mail: nam2khomsosh@yandex.ru

*День: девятый*

*Неделя: вторая*

*Сезон: осенне-зимний*

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет						Возрастная категория с 11 лет и старше					
		Масса порции		Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность	Масса порции		Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		Б	Ж	У	Б	Ж	У	Калл.	Б	Ж	У	Калл.	
<b>Завтрак</b>													
174	Каша геркулесовая	200	8,5	13,7	34,1	286,3	200	8,5	13,7	34,1	286,3		
959	Какое с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,20	200	3,52	3,72	25,49	145,20		
454	Пирожки сдобные с капустой	50	3,06	1,5	20,3	106,91	60	3,672	1,08	24,36	128,9		
<i>Всего за завтрак</i>		450	15,08	18,92	79,89	538,41	460	15,692	18,5	83,95	560,4		
<b>Обед</b>													
170	Борщ	200	1,86	6,6	10,86	110	300	2,79	9,9	16,29	165		
694	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7		
286	мясные тефтели	80/80	11,336	18,264	11,264	270,264	100/100	14,17	22,83	19,08	338,33		
108	Хлеб пшеничный	60	4,74	9,84	33,72	241,8	80	6,32	13,12	44,96	322,4		
332	Кисель из концентрата	200	0	0	11,04	49,6	200	0	0	11,04	49,6		
<i>Всего за обед</i>		770	20,996	39,524	87,334	808,914	960	26,95	51,61	115,9	1040,03		
<b>Итого за 9 день</b>		1220	36,076	58,444	167,224	1347,324	1420	42,642	70,11	199,85	1600,43		



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«2 Хомустахская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хагас, ул. Н.Габышева 33, тел/факс (841162) 28-314, e-mail: nam2.khomsosh@yandex.ru

День: *десятый*

Неделя: *вторая*

Сезон: *осенне-зимний*

№ рецептуры	Наименование блюда	Возрастная категория с 7 лет до 11 лет						Возрастная категория с 11 лет и старше					
		Масса порции		Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность	Калл.	Масса порции		Пищевые вещества (г)		Энергет. ценность	Калл.
		Б	Ж	У	Б			Ж	У				
<b>Завтрак</b>													
302	Каша гречневая с молоком	200	8,1	6	32,9	212,7	250	10,1	7,5	41,1	265,8		
945	Чай с молоком	200	2,8	3,2	19,99	76,25	200	2,8	3,2	19,99	76,25		
424	Яйцо	40	5,1	4,6	0,3	63	40	5,1	4,6	0,3	63		
966	Кефир	200	5,8	5	8	106	200	5,8	5	8	106		
847	Груша	100	0,4	0,3	10,3	47	100	0,4	0,3	10,3	47		
<i>Всего за завтрак</i>		740	22,2	19,1	71,49	504,95	790	24,2	20,6	79,69	558,05		
<b>Обед</b>													
45	Винегрет	60	0,82	3,71	5,06	56,88	100	1,36	6,18	8,44	94,8		
187	Щи	200	1,40	3,91	6,79	67,8	250	1,8	4,89	8,49	84,75		
454	Пирожки слобные с фаршем	60	8,54	6,22	20,35	172	60	8,54	6,22	20,35	172		
626	Запеканка картофельная с мясом	243	18,27	20,54	28,74	372,49	243	18,27	20,54	28,74	372,49		
	Сок фруктовый	200	1,97		22,79	78	250	2,97		42,79	168		
<i>Всего за обед</i>		763	31	34,38	83,73	747,17	903	32,89	37,83	108,81	892,04		
<b>Итого за 10 день</b>		1503	53,2	53,48	155,22	1252,12	1693	57,09	58,43	188,5	1450,09		

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«2 Хомустанская средняя общеобразовательная школа им. Е.П.Сивцева  
Муниципального образования «Намский улус» Республики Саха (Якутия)»**  
678384 РС (Я), Намский улус, с. Хатаас, ул. Н.Г.Абышева 33, тел/факс (841162) 28-314, e-mail: nam2khomsosh@yandex.ru

**Меню на 10 дней**

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Застрак</b>									
Каша манная жидкая	Каша рисовая вязкая	Каша гречневая с молоком	Каша манная жидкая	Каша геркулесовая	Каша гречневая с молоком	Каша манная жидкая	Каша рисовая вязкая	Каша геркулесовая	Каша гречневая с молоком
Чай с сахаром	Чай сладкий	Чай с молоком	Кефир	Чай с молоком	Какао с молоком	Ряженка	Чай сладкий	Какао с молоком	Чай с молоком
Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный	Оладьи со ступенным молоком	Яблоко	Пирог открытый с повидлом	Ватрушки с повидлом	Конфеты шоколадные	Оладьи с вареньем	Пирожки слоеные с капустой	Яйцо
	Булочки					Пирожки слоеные с фаршем			Кефир
									Груша
<b>Обед</b>									
Салат из свеклы	Суп с картофельным с макаронными изделиями	Суп рисовый с говяжьей	Салат из свеклы с яблоками	Салат морковный	Салат из соленых огурцов с луком	Салат из квашеной капусты	Винегрет	Борщ	Винегрет
Борщ	Картофельное пюре с тефтелями	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	Суп гороховый с картофелем	Суп овощной на курином бульоне	Суп рыбный	Суп с картофельным с макаронными изделиями	Суп рисовый с говяжьей	Картофельное пюре с тефтелями	Щи
Макаронные изделия с котлетой	Хлеб пшеничный	Макаронные изделия	Капуста тушеная с котлетой	Плов из птицы	Пюре картофельное с рыбными котлетами	Жаркое по-домашнему	Булочки	Хлеб пшеничный	Пирожки слоеные с фаршем
Хлеб пшеничный	Кисель из консервантов	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Кисель из концентрата	Запеканка картофельная с мясом
Какао с молоком		Напиток из плодов шиповника	Кисель из концентрата	Компот из сухофруктов	Сок фруктовый	Кисель из концентрата	Компот из сухофруктов	Сок фруктовый	