

16 "Тополь"

# MICHO

| 1 день                                       | 2 день                                    | 3 день                                             | 4 день                          | 5 день                                | Завтрак                                           |                                    |                                                                |                                             | 6 день                                          | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------|--------|--------|---------|
|                                              |                                           |                                                    |                                 |                                       |                                                   |                                    |                                                                |                                             |                                                 |        |        |        |         |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 150                       | СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ С КИСЕЛЁМ 130/20          | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 150                            | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130           | ЛАПША В МОЛОКЕ 150                    | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 150        | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КИСЕЛЁМ 130/20 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150                               | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130                       | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА И ГРЕЧА "ДРУЖБА" 150 |        |        |        |         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 170               | ЧАЙ С ЛИМОНОМ 170                         | КАКАО С МОЛОКОМ 170                                | ГОРОШЕК ЗЕЛЁНЫЙ ОТВАРНОЙ 30     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 170        | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 160                    | ЧАЙ С САХАРОМ 170                  | КАКАО С МОЛОКОМ 170                                            | ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ 30                           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 170                  |        |        |        |         |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25                         | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25                      | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25                               | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180               | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30                 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25                              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25               | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20                                           | ЧАЙ С МОЛОКОМ 170                           | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20                            |        |        |        |         |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 4                           | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5                        | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6                                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25            | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 25                       | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5                                | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5                 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5                                             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25                        | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6                                |        |        |        |         |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6                             |                                           | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 25                                    | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5              |                                       | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6                                  |                                    | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 6                                               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 4                          | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 25                                 |        |        |        |         |
|                                              |                                           |                                                    |                                 |                                       |                                                   |                                    |                                                                |                                             |                                                 |        |        |        |         |
| II Завтрак                                   |                                           |                                                    |                                 |                                       |                                                   |                                    |                                                                |                                             |                                                 |        |        |        |         |
| СОК ФРУКТОВЫЙ 100                            | СОК ФРУКТОВЫЙ 100                         | СОК ФРУКТОВЫЙ 100                                  | СОК ФРУКТОВЫЙ 100               | СОК ФРУКТОВЫЙ 100                     | СОК ФРУКТОВЫЙ 100                                 | СОК ФРУКТОВЫЙ 100                  | СОК ФРУКТОВЫЙ 100                                              | СОК ФРУКТОВЫЙ 100                           | СОК ФРУКТОВЫЙ 100                               |        |        |        |         |
|                                              |                                           |                                                    |                                 |                                       |                                                   |                                    |                                                                |                                             |                                                 |        |        |        |         |
| Обед                                         |                                           |                                                    |                                 |                                       |                                                   |                                    |                                                                |                                             |                                                 |        |        |        |         |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 40                | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЁНЫМИ ОГУРЦАМИ 40 | ИКРА МОРКОВНАЯ 40                                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗой 40 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ 40  | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 40         | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 40                 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40                                            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ 40      | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯЙЦОМ 40                     |        |        |        |         |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 150 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ 150   | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 150 | БОРЩ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ 150    | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ 150 | РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ 150 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ "УХА" 150 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ 150 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 150 | СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 150              |        |        |        |         |
| БИТОЧЕК ИЗ МЯСА 60                           | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ ("ЕЖИКИ") 60      | ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 160                         | КНЕПЛИ РЫБНЫЕ 60                | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 160  | КОТЛЕТА МЯСНАЯ 60                                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 160            | БИТОЧКИ ИЗ КУР 60                                              | КОТЛЕТА РЫБНАЯ 60                           | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 50                              |        |        |        |         |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110               | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110                       | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150                        | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110           | СОУС МОЛОЧНЫЙ 30                      | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110                   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150         | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 60                                           | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110                | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110                           |        |        |        |         |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ 30                             | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150           | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150      | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150       | СОУС МОЛОЧНЫЙ 30                                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                     | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 50                                             | СОУС МОЛОЧНЫЙ 30                            | СОУС МОЛОЧНЫЙ 30                                |        |        |        |         |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                        | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150                                | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150                 |        |        |        |         |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                         |                                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                                    |                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                                                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                              | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30                                  |        |        |        |         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                            |                                           |                                                    |                                 |                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                                 |                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15                               |        |        |        |         |
|                                              |                                           |                                                    |                                 |                                       |                                                   |                                    |                                                                |                                             |                                                 |        |        |        |         |
| Полдник                                      |                                           |                                                    |                                 |                                       |                                                   |                                    |                                                                |                                             |                                                 |        |        |        |         |
| КЕФИР                                        | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150                      | ВАРЕНЕЦ 2,5% ЖИРНОСТИ 150                          | БИФИДОК 2,5% ЖИРНОСТИ 150       | ПРОСТОКВАША 150                       | КЕФИР                                             | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150               | КЕФИР                                                          | БИФИДОК 2,5% ЖИРНОСТИ 150                   | ПРОСТОКВАША 150                                 |        |        |        |         |
| ОБОГАЩЕННЫЙ 150                              |                                           | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 50                               | ВЕНСКАЯ БУЛОЧКА 50              | ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ 25                | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50                            | КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 50                 | ПРЯНИКИ 25                                                     | ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ 50                       | ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ 30                            |        |        |        |         |
| ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 50                      | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 25                     |                                                    |                                 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 110                     |                                                   |                                    | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100                                              |                                             | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 130                               |        |        |        |         |