

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 1

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. Салат из свеклы с черносливом и растительным маслом	95/5	96					
2.								2. Салат «Королевский» (говядина, яйцо, лук, сыр, огурцы свежие, сметана)	80/20	221					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша молочная пшеничная	200/10	333						1. «Огуречник» (говядина, лук, морковь, огурцы, перловая крупа, картофель, сметана)	400/25/ 20	256					
2. Котлета капустная со сметаной	150/30	334						2. Суп молочный с вермишелью	400	313					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Рыба припущенная в молоке, пюре картофельное	100/50/ 100	356						1. Рыба по-гречески (тушеная с луком, морковью)	100/75	230					
2. Суфле из отварных кур, овощи тушеные (капуста белокочанная, перец болгарский, лук, помидоры)	110/100	564						2. Птица запеченная с яблоком и черносливом (лук, сыр, сметана)	100/75	581					
3. Колбаса отварная, пюре картофельное, соус сметанный	80/100/ 50	564						3. Шницель натуральный рубленый из говядины, соус молочный	100/50	426					
НАПИТКИ								ГАРНИРЫ							
1. Чай зеленый с сахаром	250	80						1. Каша гречневая	150	254					
2. Чай черный с сахаром	250	80						2. Капуста тушеная	150	168					
3. Сок	250	115						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 2

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. Винегрет (капуста, свекла, картофель, морковь, лук, огурцы свежие, горошек)	90/10	134					
2.								2. Салат «Шахерезада» (мясо птицы отв., яйцо, яблоко, лук, сыр, орех грецкий, сметана)	80/20	246					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша молочная рисовая	200/10	315						1. Борщ со свежей капустой (говядина, картофель, свекла, капуста, морковь, лук, сметана)	400/25/ 20	256					
2. Омлет белковый (яичный белок, молоко)	160/5	316						2. Суп с мясными фрикадельками (картофель, лук, морковь)	400/50	304					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Рыба отварная куском, картофель отварной, овощи свежие	100/100/ 50	347						1. Кальмары тушеные в сметане	100/50	337					
2. Курица отварная, рис припущенный, соус молочный	100/100/ 50	585						2. Кнели из кур со сметаной (котлеты куриные тушеные в сметане)	100	439					
3. Котлета «Особая» (говядина, лук, молоко), овощи припущенные (лук, капуста, фасоль, помидоры)	100/100	475						3. Мясо тушеное (говядина, морковь, лук)	100/50	431					
НАПИТКИ								ГАРНИРЫ							
1. Чай черный с сахаром	250	80						1. Каша перловая	150	197					
2. Кисломолочные напитки	200	89						2. Пюре картофельное	150	170					
3. Молоко горячее	250	166						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 3

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. Салат «Оригинальный» (яблоко, сыр, яйцо, лук, сметана)	80/20	132					
2.								2. Салат «Морской» (кальмары, капуста морская, морковь, лук, сыр, масло растительное)	90/10	168					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша молочная геркулесовая	200/10	323						1. Суп-пюре из птицы (картофель, морковь, лук, сливки)	400/25	256					
2. Запеканка творожно-яблочная (крупа манная, яйцо, сахар), сметана	150/30	332						2. Суп молочный с пшеном	400	312					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Рыба отварная куском, каша гречневая	100/100	276						1. Рыба по-парижски (запеченная с помидорами и сыром в омлете)	100/200	409					
2. Закуска «Птичка» (куриные потроха, сыр, лук, яйцо, сметана)	180	592						2. Курица тушеная в молочном соусе	100/50	474					
3. Бефстроганов (говядина, лук, сметана), каша гречневая	100/75/ 100	691						3. Бифштекс «Нежный» из говядины (с морковью, луком и сыром), соус молочный	120/50	458					
НАПИТКИ								ГАРНИРЫ							
1. Чай зеленый с сахаром и лимоном	250/10	83						1. Каша пшеничная	150	297					
2. Чай черный с сахаром и лимоном	250/10	83						2. Овощи тушеные (кабачки, лук, морковь, помидоры)	150	98					
3. Кофейный напиток с молоком и сахаром	250	168						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 4

Диета № 5

Стол №

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. Салат из папоротника с луком	100	200					
2.								2. Салат «Зимний» (колбаса, лук, картофель, яйцо, зелен. горошек, морковь, огурец св., сметана)	80/20	138					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша манная	200/10	335						1. Суп «Охотничий» с куриными потрошками (птица, потроха, картофель, лук, морковь, пшено)	400/75	376					
2. Запеканка овощная со сметаной (картофель, морковь, лук, капуста, сыр, горошек, крупа манная)	150/30	292						2. Щи из свежей капусты (говядина, картофель, лук, морковь, сметана)	400/25/ 20	236					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Рыба запеченная под молочным соусом, шоре картофельное	100/50/ 100	391						1. Ролет рыбный с яйцом и луком запеченный (молоко, хлеб), соус молочный	100/50	202					
2. Курица запеченная с луком, шоре картофельное	100/100	434						2. Курица по-арабски, тушенная в томатном соке	100	375					
3. Сарделька отварная, омлет белковый	1 шт./100	503						3. Мазурики «Динамо» (рубленые котлеты из говядины в сметанном соусе)	100/75	496					
НАПИТКИ								ГАРНИРЫ							
1. Чай зеленый с сахаром	250	80						1. Рис отварной	150	246					
2. Чай черный с сахаром	250	80						2. Макароны отварные	150	278					
3. Молоко горячее	250	166						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 5

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. Салат из свежих огурцов со сметаной	80/20	50					
2.								2. Салат из куриного филе с овощами (капуста, морковь, помидоры, огурцы св., сметана)	80/20	174					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша молочная пшеничная	200/10	313						1. Суп картофельный с рыбой (рыба св./мор., лук, морковь, картофель)	400/50	251					
2. Омлет с овощами (яйцо, молоко, морковь, лук, горошек зеленый)	150/5	236						2. Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина, лук, морковь)	400/50	304					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Рыба отварная куском, каша гречневая	100/100	276						1. Фрикадельки рыбные в молочном соусе	100/50	111					
2. Курица «Плакия» (морковь, лук, помидоры свежие, лимон), картофель отварной	100/100/ 100	566						2. Бризоль «Молдова» (котлета из птицы фаршированная с луком)	100/200	581					
3. Тефтели мясные тушеные в соусе сметанном, каша гречневая	100/50/ 100	399						3. Солянка по-казански (говядина, морковь, лук, огурцы свежие, томатный сок)	100/100	413					
НАПИТКИ								ГАРНИРЫ							
1. Чай черный с сахаром	250	80						1. Каша перловая	150	197					
2. Кофейный напиток с молоком и сахаром	250	168						2. Пюре картофельное	150	170					
3. Молоко горячее	250	166						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 5

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5
УЖИН			1	2	3	4	5
САЛАТЫ							
1. Салат из свежих помидоров с зеленым луком со сметаной	80/20	60					
2. Салат «Влажский» (колбаса вар., говядина, картофель, яйцо, зеленый горошек, яблоко, огурец св., сметана)	80/20	143					
П БЛЮДА			1	2	3	4	5
1. Рыба запеченная под яблочно-луковым соусом (сметана, сыр)	100/50	361					
2. Желудки куриные тушеные в сметане с луком	100/50	410					
3. Капуста тушеная с мясом	100/200	479					
ГАРНИРЫ			1	2	3	4	5
1. Рис припущенный с овощами (морковь, лук, кукуруза)	200	318					
2. Овощи припущенные (капуста белокочанная, фасоль стручковая, перец болгарский, лук)	200	144					
НАПИТКИ			1	2	3	4	5
1. Чай зеленый с молоком и сахаром	250	132					
2. Чай черный с сахаром	250	80					
3. Сок	250	115					

ПОЛНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ОБ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ЦЕННОСТИ БЛЮД (БЕЛКИ, ЖИРЫ, УГЛЕВОДЫ) СОДЕРЖИТСЯ НА ИНФОРМАЦИОННОМ СТЕНДЕ ДЛЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ (ККАЛ УКАЗАНЫ БЕЗ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКИ)

В меню предварительного заказа против понравившегося Вам блюда поставить «галочку» в колонке своего места за столом. Для заказа выбирается одно блюдо первое, второе, салат, напиток. Во время приема пищи соблюдайте спокойствие. Нервозность при приеме пищи вредно отражается на состоянии здоровья. Заказанное и изготовленное по меню блюдо другим заменить не разрешается. Не сделавшие предварительного заказа получают дежурное блюдо. В случае недовоза продуктов на склад, администрация имеет право на замену.

II ВАРИАНТ (ДИЕТА № 5)

Исключаются: кофе черный, жареные блюда, копчености, консервы, острые, пряные, очень соленые маринады, жирные мясо и рыба, жирные сорта твердого сыра, свежая выпечка, бобовые, грибы, шоколад, какао.

IV ВАРИАНТ (ДИЕТА № 8)

Исключаются: сахар, варенье, кисели, жирные сорта мяса, острые, сильно пряные приправы (горчица, хрен и т.д.), мучные и кондитерские изделия, манка, какао, виноград, бананы.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ (ДИЕТА № 9)

Исключаются: сахар, варенье, кисели, жирные сорта мяса, острые, сильно пряные приправы, мучные сдобные изделия, манка, макаронные изделия, маринады, виноград, бананы.

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 6

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. Салат из моркови со сметаной	80/20	73					
2.								2. Салат из курицы со стручковой фасолью (мясо птицы, перец болгарский, помидоры, сметана)	80/20	174					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша молочная кукурузная	200/10	355						1. Суп-лапша домашняя (курица, морковь, лук, лапша)	400/40	157					
2. Творог со сметаной и сахаром	70/30/20	243						2. Суп «Крестьянский» (крупа перловая, говядина, картофель, морковь, лук, помидоры, сметана)	400/25/20	320					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Котлета рыбная, каша пшеничная, соус молочный	100/100/50	364						1. Рыба запеченная с лимоном, макароны с овощами (лук, морковь)	100/150	473					
2. Печень куриная тушенная в молочном соусе, каша пшеничная	100/50/100	516						2. Тефтели куриные с рисом, макароны отварные с овощами, соус молочный	100/150/50	498					
3. Котлеты по-казацки (говядина, капуста белокоч., лук, чеснок, молоко), пюре картоф., соус молочный	100/100/50	387						3. Мясо отварное с овощами (говядина, морковь, картофель, перец болгарский)	100/150	475					
НАПИТКИ								ГАРНИРЫ							
1. Чай зеленый с сахаром	250	80													
2. Чай черный с сахаром	250	80													
3. Напиток из цикория с молоком и сахаром	250	142						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 6

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5
УЖИН							
САЛАТЫ							
1. «Крабик» (крабовые палочки, рис отварной, кукуруза, яйцо, майонез)	80/20	190					
2. «Ницца» (говядина, фасоль струч., картофель, огурцы св., сметана)	80/20	146					
II БЛЮДА			1	2	3	4	5
1. Солянка рыбная (капуста, лук, морковь, помидоры свежие, сыр)	100/200/ 5	305					
2. Курица тушеная с черносливом (лук, сок томатный)	100/50	444					
3. Фрикадельки мясные тушеные в молочном соусе	100/75	336					
ГАРНИРЫ			1	2	3	4	5
1. Каша гречневая	200	339					
2. Пюре картофельное	200	226					
НАПИТКИ			1	2	3	4	5
1. Чай зеленый с сахаром и лимоном	250/10	83					
2. Чай черный с сахаром и лимоном	250/10	83					
3. Кофейный напиток с молоком и сахаром	250	168					

ПОЛНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ОБ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ЦЕННОСТИ БЛЮД (БЕЛКИ, ЖИРЫ, УГЛЕВОДЫ) СОДЕРЖИТСЯ НА ИНФОРМАЦИОННОМ СТЕНДЕ ДЛЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ (ККАЛ УКАЗАНЫ БЕЗ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКИ)

В меню предварительного заказа против понравившегося Вам блюда поставить «галочку» в колонке своего места за столом. Для заказа выбирается одно блюдо первое, второе, салат, напиток.

Во время приема пищи соблюдайте спокойствие.

Нервозность при приеме пищи вредно отражается на состоянии здоровья.

Заказанное и изготовленное по меню блюдо другим заменять не разрешается. Не сделавшие предварительного заказа получают дежурное блюдо. В случае недовоза продуктов на склад, администрация имеет право на замену.

II ВАРИАНТ (ДИЕТА № 5)

Исключаются: кофе черный, жареные блюда, копчености, консервы, острые, пряные, очень соленые маринады, жирные мясо и рыба, жирные сорта твердого сыра, свежая выпечка, бобовые, грибы, шоколад, какао.

IV ВАРИАНТ (ДИЕТА № 8)

Исключаются: сахар, варенье, кисели, жирные сорта мяса, острые, сильно пряные приправы (горчица, хрен и т.д.), мучные и кондитерские изделия, манка, какао, виноград, бананы.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ (ДИЕТА № 9)

Исключаются: сахар, варенье, кисели, жирные сорта мяса, острые, сильно пряные приправы, мучные слоеные изделия, манка, макаронные изделия, маринады, виноград, бананы.

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 7

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА								САЛАТЫ							
1.								1. «Мимоза» (рыба св./мор., лук, яйцо, сметана)	75/25	166					
2.								2. Салат из курицы с морковью (лук, яйцо, морковь, сыр, сметана)	80/20	244					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша молочная манная с яблоком и корицей	200/10	315						1. Суп картофельный с овощами и курицей (морковь, помидоры, лук, картофель, перец болгарский, сметана)	400/25/ 20	242					
2. Котлета свекольная (крупа манная, яйцо) со сметаной	150/30	352						2. Борщ «Сибирский» (мясные фрикадельки, свекла, капуста, карто- фель, морковь, лук, сметана)	400/50/ 20	294					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Рыба запеченная с луком и сметаной, каша пшеничная	100/50/ 100	363						1. Рыба фаршированная паровая (яйцо, лимон, сыр), соус молочный	120/50	315					
2. Курица «Особая» запеченная с луком, овощное рагу (картофель, морковь, лук, капуста, помидоры, перец)	100/100	483						2. Курица отварная, соус молочный	100/50	308					
3. Сердце говяжье тушеное в белом соусе (морковь, лук), каша пшеничная	100/50/ 100	444						3. Биточки по-селянски из говядины с тушеными овощами (перец болгарский, морковь, лук)	100/150/ 75	417					
НАПИТКИ								ГАРНИРЫ							
1. Чай зеленый с сахаром	250	80						1. Капуста тушеная	150	118					
2. Чай черный с сахаром	250	80						2. Каша ячневая	150	232					
3. Молоко горячее	250	166						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 8

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
ЗАВТРАК			1	2	3	4	5	ОБЕД			1	2	3	4	5
								САЛАТЫ							
1.							1. «Греческий» (помидоры, сыр, перец болгарский, огурцы, маслины, лимон, масло раст.)	90/10	185						
2.							2. Салат «Королевский» (говядина, яйцо, лук, сыр, огурцы свежие, сметана)	75/25	232						
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ			1	2	3	4	5	I БЛЮДА			1	2	3	4	5
1. Каша молочная рисовая	200/10	315						1. Суп молочный с вермишелью	400	313					
2. Запеканка морковная со сметаной (крупа манная, молоко, сухари паниров.)	200	280						2. «Огуречник» (говядина, картофель, огурцы свежие, морковь, лук, крупа перловая, сметана)	400/25/ 20	256					
II БЛЮДА			1	2	3	4	5	II БЛЮДА			1	2	3	4	5
1. Рыба припущенная с овощами (морковь, лук, перец болгарский)	100/100	317						1. Биточки из кальмаров и рыбы (молоко, лук, хлеб), соус сметанный	100/50	174					
2. Зразы из курицы фаршированные омлетом с овощами (морковь, лук), каша ячневая, соус молочный	100/100/ 50	459						2. Курица запеченная с луком, соус сметанный	100/50	489					
3. Мясо шпигованное (морковь, лук), каша ячневая, соус молочный	100/100/ 50	578						3. Гуляш «Карловский» (говядина, лук, сметана)	100/75	454					
НАПИТКИ			1	2	3	4	5	ГАРНИРЫ			1	2	3	4	5
1. Чай зеленый с сахаром и лимоном	250/10	83						1. Макароны отварные	150	278					
2. Чай черный с сахаром и лимоном	250/10	83						2. Пюре картофельное	150	170					
3. Кисломолочные напитки	200	89						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 9

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. «Летний день» (помидоры и огурцы свежие, лук, сметана)	80/20	58					
2.								2. Сельдь с луком и маслом растительным	75/20/ 10	207					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша молочная кукурузная	200/10	326						1. Бульон куриный с гречками и яйцом	400/50/ 30	240					
2. Запеканка творожная с ягодой (яйцо, орех грецкий, брусника, сухари), сметана	150/30	360						2. Борщ со свежей капустой (говядина, свекла, морковь, лук, капуста белокочанная, картофель, сметана)	400/25/ 20	256					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Рыба припущенная (рыба, морковь, лук), огурцы свежие	100/25/ 100	239						1. Рыба тушеная в томатном соусе с овощами (морковь, лук, сок томатный)	100/75	265					
2. Курица тушеная в луковом соусе, пюре картофельное	100/50/ 100	603						2. Окорочка запеченные с луком, соус молочный	100/50	420					
3. Колбаса отварная, каша перловая, соус молочный	80/100/ 50	657						3. Шарики мясные с сыром, соус молочный	100/50	382					
НАПИТКИ								ГАРНИРЫ							
1. Чай черный с сахаром	250	80						1. Каша гречневая	150	254					
2. Чай зеленый с сахаром	250	80						2. Пюре из моркови	150	132					
3. Молоко горячее	250	166						НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 10

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. Салат из свежей капусты с черносливом (морковь, масло растительное)	90/10	141					
2.								2. Салат «Обжорка» (колбаса вар., огурцы св., лук, морковь, сыр, сухарики, сметана)	80/20	169					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ			1	2	3	4	5	I БЛЮДА			1	2	3	4	5
1. Каша молочная пшеница	200/10	339						1. Уха по-далматински (рыба, помидоры, перец болгарский, картофель)	400/50	244					
2. Котлета морковная со сметаной	150/30	234						2. Суп из овсянных хлопьев (говядина, картофель, морковь, лук, помидоры, яйцо, молоко)	400/25	344					
II БЛЮДА			1	2	3	4	5	II БЛЮДА			1	2	3	4	5
1. «Гаше из рыбы» (запеканка из рыбы с яйцом, молоком), огурец свежий	200/50	457						1. Рыба запеченная с помидором (рыба, помидоры свежие, сыр)	100/50	300					
2. Рис «Жамбалая» (курица, ветчина, лук, рисовая крупа, перец болгарский)	200	347						2. Курица маринованная тушеная (лук, лимон)	100/25	371					
3. Бифштекс рубленный с луком, пюре картофельное	100/30/ 100	473						3. Капуста тушеная с мясом (говядина, морковь, лук, помидоры)	100/200	460					
НАПИТКИ			1	2	3	4	5	ГАРНИРЫ			1	2	3	4	5
1. Чай зеленый с сахаром	250	80						1. Каша пшеничная	150	296					
2. Чай черный с сахаром	250	80						2. Макароны отварные	150	278					
3. Кофейный напиток с молоком и сахаром	250	142													
								НАПИТКИ							
								ПОЛДНИК							

МЕНЮ-ЗАКАЗ № 11

Диета № 5

Стол № _____

Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места					Наименование блюда	Выход	Ккал	№ места				
			1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
ЗАВТРАК								ОБЕД							
								САЛАТЫ							
1.								1. Салат из папоротника со свежими овощами (помидоры, лук, огурцы, перец болг., масло)	95/5	190					
2.								2. Салат «Столичный» (мясо птицы, кальмары, картофель, огурец св., яйцо, лук, сметана)	80/20	266					
КАШИ, ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ								I БЛЮДА							
1. Каша молочная овсяная	200/10	339						1. Суп картофельный с овощами (говядина, капуста, лук, картофель, морковь, помидоры, перец болгарский, сметана)	400/25/ 20	245					
2. Творожная масса с орехами	150	321						2. Щи из свежей капусты (говядина, картофель, лук, морковь, сметана)	400/25/ 20	236					
II БЛЮДА								II БЛЮДА							
1. Фрикадельки цветные, соус белый, пюре картофельное	100/50/ 100	355						1. Рыба запеченная в фольге (кабачки, лук, морковь, сметана)	100/250	354					
2. Курица отварная, пюре картофельное, соус молочный	100/100/ 50	500						2. Котлета «Пожарская» из курицы, фаршированная маслом сливочным, каша перловая	100/150	620					
3. Биточки мясные паровые, пюре картоф., соус молочный	100/100/ 50	440						3. Плов с говядиной (крупа рисовая, морковь, лук)	100/200	626					
НАПИТКИ								НАПИТКИ							
1. Чай зеленый с молоком и сахаром	250	132													
2. Чай черный с сахаром	250	80						ПОЛДНИК							
3. Кофейный напиток с молоком и сахаром	250	168													

