

Приложение № 8

Примеры допустимых замен при применении типового меню

Наименование типа блюда	Выход не менее, г	Пример допустимых замен блюд
Порционное блюдо (сыр, масло)	10	Масло сливочное Сыр порционный
Каши (супы) молочные, в том числе с фруктами свежими или сушеными	150	Каша молочная манная Каша пшеничная молочная Каша пшеничная молочная Каша рисовая молочная Каша овсяная с яблоками Каша гречневая молочная Каша пшеничная с курагой Каша из смеси круп с яблоками Хлопья кукурузные, пшеничные с молоком Мюсли с молоком Суп молочный с макаронными
Блюда из творога, в том числе с поливкой, соусом	150	Запеканка творожная Запеканка рисовая с творогом и изюмом Сырники из творога Пудинг из творога с изюмом Запеканка творожно - морковная
Блюда из яиц, в том числе с сыром, картофелем, овощами	150	Омлет натуральный Омлет с сыром Омлет с картофелем Яйца вареные Яичная кашка (натуральная)
Холодные закуски (салаты, винегреты, икра овощная)	60	Салат морковный Салат из моркови с сыром Салат из свеклы с сыром и чесноком Салат из свеклы с черносливом Салат из белокочанной капусты Салат Витаминный /1 вариант/ Салат Витаминный /2 вариант/ Винегрет овощной Салат из овощей с кукурузой Салат из отварного картофеля с морковью и зеленым горошком Икра свекольная Икра кабачковая Помидоры свежие порционные Огурцы свежие порционные Огурцы соленые порционные
Супы картофельные с крупами, бобовыми, макаронными изделиями, овощами, рассольники	200	Рассольник Ленинградский с крупой Суп картофельный с крупами Суп Крестьянский с крупами Суп картофельный с макаронами Суп картофельный с клецками Суп картофельный с горохом Суп картофельный с фасолью Суп картофельный с чечевицей

Гарниры из круп, бобовых и макаронных изделий	150	Рис отварной
		Каша гречневая рассыпчатая
		Каша пшеничная рассыпчатая
		Макаронные изделия отварные
		Макаронны, запеченные с сыром
		Макаронны с томатом
Гарниры из картофеля, в том числе с подгарнировкой из свежих овощей, салатов	150	Пюре из бобовых
		Картофель отварной с зеленью
		Картофельное пюре
		Картофель запеченный
Гарниры из овощей	150	Котлеты картофельные
		Рагу овощное
		Капуста тушеная
		Брокколи на пару
		Кабачки (тыква) тушеные в сметане
Напитки горячие молокосодержащие	180/12	Овощи припущенные с маслом
		Какао
		Кофейный напиток злаковый (ячменный)
		Кофейный напиток с цикорием
		Молоко кипяченое
Напитки горячие	180/12	Чай с молоком
		Чай с сахаром
		Чай с сахаром и лимоном
		Чай фруктово-ягодный
		Чай с вареньем
		Напиток из шиповника
Компоты (напитки, кисели) из свежих фруктов или ягод, сухофруктов	180/12	Напиток из шиповника с изюмом
		Компот из ягод свежемороженых
		Компот из свежих плодов
		Кисель ягодный
		Морс из ягод свежемороженых
		Компот из сухофруктов
		Напиток из шиповника
		Напиток из шиповника с изюмом
		Сок фруктовый
		Сок овощной
Кисломолочные продукты	180	Нектар фруктовый
		Йогурт питьевой БЗМЖ
		Йогурт БЗМЖ
		Варенец БЗМЖ
		Ацидофилин БЗМЖ
		Ряженка БЗМЖ
Хлеб из пшеничной муки, ржаной муки, хлеб ржано-пшеничный	20	Кефир БЗМЖ
		Хлеб ржано-пшеничный бездрожжевой на молочной закваске
		Хлеб пшеничный
		Хлеб ржаной
		Хлеб ржано-пшеничный
		Булочка с кунжутом
		Булочка с маком
		Булочка с орехами
		Булочка с добавлением овощного пюре
		Батон йодированный с кунжутом
		Батон йодированный

Щи, борщи, супы овощные	200	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной
		Щи из свежей капусты со сметаной
		Щи зеленые
		Суп овощной с курицей
Блюда из мяса птицы (порционные и мелкопорционные) в том числе с соусом	90	Куриное филе тушеное в сметанном соусе
		Филе индейки запеченое
		Курица в сырном соусе
		Курица запеченная (голень)
		Куры отварные
		Индейка отварная
Блюда из мяса птицы (рубленные), в том числе с соусом	90	Котлеты, биточки, шницели из куриного филе
		Суфле из отварной птицы
		Фрикадельки куриные
		Биточки куриные
		Фрикадельки из филе индейки
		Котлеты, биточки, шницели из филе индейки
Блюда из мяса птицы с крупами, овощами, картофелем	240	Плов из мяса птицы
		Рагу из мяса птицы
Блюда из мяса (порционные и м и мелкопорционные) в том числе с соусом	90	Гуляш из отварного мяса
		Бефстроганов из отварного мяса
		Азу
Блюда из мяса (рубленные), в том числе с соусом	90	Говядина тушеная в кисло-сладком соусе
		Говядина тушеная в сметане
		Тефтели мясные
Блюда из мяса (рубленные), в том числе с соусом	90	Зразы мясные
		Котлеты, биточки, шницели из мяса
		Фрикадельки мясные с молочным соусом
Блюда из мяса с крупами, овощами, картофелем	240	Плов из отварной говядины
		Жаркое по домашнему
		Запеканка картофельная с мясом и субпродуктами
		Голубцы с мясом и рисом
		Пельмени
		Макаронник к мясом
Блюда из субпродуктов, мяса и субпродуктов	90	Печень по строгановски
		Сердце в соусе
		Оладьи из печени
		Котлеты из мяса и печени говяжьей
		Язык говяжий отварной
Блюда из рыбы (рубленные), в том числе с соусом	90	Котлеты, биточки, шницели из рыбы
		Тефтели рыбные
		Фрикадельки рыбные
		Суфле рыбное
Блюда из рыбы порционные (мелкопорционные), в том числе с соусом	90	Рыба (филе) отварная
		Рыба (филе) запеченая
		Рыба (филе) припущенная

Фрукты свежие, ягоды	100	Яблоко
		Груша
		Банан
		Апельсин
		Мандарин
		Киви
Кондитерские изделия в индивидуальной упаковке	15	Мармелад
		Пастила
		Зефир