

Базовое меню пансионата

1 неделя

Понедельник 13.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Какао с молоком	10*; 15; 5; 5п	200
Какао с молоком б/с	9	200
Каша геркулесовая молочная вязкая б/с	9	195/5
Каша манная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Второй завтрак		
Сыр плавленый «Виола»	10*; 15; 5; 5п; 9	52,5
Обед		
Щи из свежей капусты вегетарианские	10*; 15; 5; 9	300/5
Рис отварной рассыпчатый	10*; 15; 5; 5п; 9	155
Котлеты рыбные жареные в раст.масле	10*; 15; 9	110
Суфле из отварной рыбы паровое	5; 5п	105
Салат из свежих помидоров и огурцов со сметаной	10*; 15; 5; 9	130/20
Салат из свежих помидоров и огурцов со сметаной протертый	5п	130/20
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов на фруктозе	9	200
Полдник		
Бананы	10*; 15	193

Груши	5; 5п; 9	200
Ужин		
Булочка с изюмом	10*; 15; 5; 5п	95
Булочка с изюмом на фруктозе	9	95
Омлет паровой с колбасными изделиями	10*; 15; 5; 5п; 9	130
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	202

Вторник 14.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша ячневая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200
Каша ячневая молочная вязкая б/с	9	200
Какао с молоком	10*; 15; 5; 5п	195/5
Какао с молоком б/с	9	200/5
Второй завтрак		
Яблоко печеное	5п;	145
Яблоки	10*; 15; 5; 9	198
Сыр плавленый «Виола»	9	34
Обед		

Суп с вермишелью на курином бульоне	10*; 5; 5п	300
Суп фасолевый на курином бульоне	15; 9	300/5
Кабачки тушеные в сметанном соусе	10*; 15; 5; 5п; 9	180
Пюре из мяса кур	5п;	100
Цыпленок отварной	10*; 15; 5; 9	100
Салат из свежих овощей с р/м	10*; 15; 5; 9	100/8
Салат из свежих овощей с р/м протертый	5п	100/8
Компот из чернослива	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из чернослива на фруктозе	9	200
Полдник		
Пудинг творожный запечённый	10*; 15; 5; 5п	160
Пудинг творожный запечённый б/с	9	150
Ужин		
Каша «Дружба» молочная	10*; 15; 5; 5п	130/5
Каша «Дружба» молочная вязкая б/с	9	127/5
Омлет паровой	10*; 15; 5; 5п; 9	82
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Среда 15.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша геркулесовая молочная вязкая б/с	9	195/5

Каша молочная геркулесовая вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Второй завтрак		
Сыр плавленый «Виола»	10*; 15; 5; 5п; 9	34
Обед		
Суп из сборных овощей со сметаной	5; 5п	300/5
Борщ на м/б со сметаной	10*; 15; 9	300/5
Макаронные изделия отварные	10*; 15; 5	150/5
Вермишель отварная	5п	150/5
Кабачки тушеные в сметанном соусе	9	180
Гуляш из отварного мяса	10*; 15; 5; 9	115
Пюре из отварного мяса	5п	100
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	10*; 15; 5; 9	80/8
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	5п	80/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов на фруктозе	9	200
Полдник		
Бананы	10*; 15; 5; 5п; 9	180
Ужин		
Капуста цветная запечённая	5; 5п; 9	160
Рис отварной рассыпчатый с овощами	10*; 15	155
Котлеты мясные паровые	5п	110
Сардельки отварные	10*; 15; 5; 9	76
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Четверг 16.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша пшенная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п;	180/5
Каша пшенная молочная вязкая б/с	9	175/5
Кофейный напиток с молоком б/с	9	200/5
Кофейный напиток с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п;	200/15
Второй завтрак		
Мандарины	10*; 15; 5; 5п; 9	100
Сыр	9	30
Обед		
Суп гороховый с картофелем и мясом	10*; 15; 9	300/10
Суп из сборных овощей со сметаной	5; 5п	300/5
Картофель отварной с зеленью укропа	10*; 15; 9	150/5
Пюре картофельное	5; 5п	170/5
Котлеты рыбные паровые (горбуша)	5; 5п; 9	105
Рыба жаренная в раст.масле	10*; 15	110
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	10*; 15; 5; 9	80/8
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	5п	80/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов на фруктозе	9	200
Полдник		
Пудинг творожный запеченный	10*; 15; 5; 5п	160
Пудинг творожный запеченный б/с	9	150
Ужин		
Каша геркулесовая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша геркулесовая молочная вязкая б/с	9	195/5

Омлет с колбасными изделиями	10*; 15; 5; 5п; 9	95
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Пятница 17.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Сыр плавленый «Виола»	10*; 15; 5; 5п; 9	52,5
Каша ячневая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п;	200/5
Каша ячневая молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п;	200
Второй завтрак		
Киви	10*; 15; 5; 5п; 9	78,9
Яйцо вареное	9	40
Обед		

Суп с вермишелью на курином бульоне	5; 5п	300
Щи из свежей капусты вегетарианские	10*; 15; 9	300/5
Рис отварной рассыпчатый	10*; 15; 5; 5п; 9	155
Суфле из отварной курицы паровое	5; 5п	90
Цыпленок отварной	10*; 15; 9	100
Салат из свеклы с сыром и чесноком	10*; 15; 9	95/15
Салат из свеклы со сметаной	5; 5п	95/15
Напиток клюквенный	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток клюквенный на фруктозе	9	200
Полдник		
Сырки глазированные	10*; 15; 5; 5п; 9	40
Ужин		
Рагу из овощей	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Колбаса вареная	10*; 15; 5; 9	62,7
Пюре мясное из гов.	5п	100
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Суббота 18.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10

Каша «Дружба» молочная	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша «Дружба» молочная вязкая б/с	9	200/5
Кофейный напиток с молоком б/с	9	200
Кофейный напиток с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Горошек зеленый отварной	9	155
Груша печеная	5п	123
Груши	10*; 15; 5; 9	170
Обед		
Суп из сборных овощей со сметаной	5; 5п	300/5
Суп овсяный с мелкошинкованными овощами	10*; 15; 9	300/5
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Котлеты рыбные жареные в раст.масле	10*; 15; 9	100
Котлеты рыбные паровые	5; 5п	105
Томаты в собственном соку	10*; 15; 9	100
Икра кабачковая	5; 5п	100
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов на фруктозе	9	200
Полдник		
Мармелад	10*; 15; 5; 5п	31
Мармелад диабетический	9	30,8
Ужин		
Вермишель отварная	10*; 15; 5; 5п; 9	
Гуляш из отварного мяса	10*; 15; 5; 9	
Пюре из отварного мяса	5п	
Чай б/с	9	
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Воскресенье 19.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша геркулесовая вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша геркулесовая вязкая б/с	9	195\5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Яблоки	10*; 15; 5; 9	
Бананы	5п	
Сыр плавленый «Виола»	9	
Обед		
Суп из сборных овощей со сметаной	10*; 15; 9	300/5
Суп молочный с вермишелью	5; 5п	300
Рис отварной рассыпчатый	10*; 15; 5; 5п; 9	155
Котлеты мясные паровые	5; 5п; 9	110
Котлеты мясные, жаренные в раст. масле	10*; 15	100
Огурец свежий порцион.	10*; 15; 5; 9	50
Огурец тертый	5п;	50
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов на фруктозе	9	200
Полдник		
Сок томатный	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Ужин		
Кабачки тушеные в сметанном соусе	10*; 15; 5; 5п; 9	180
Сосиски отварные	10*; 15; 5; 9	63,6
Суфле из парового мяса паровое	5п	90
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Простокваша	10*; 15; 5; 5п; 9	200

2 неделя

Понедельник 20.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша манная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша пшенная молочная вязкая б/с	9	195/5
Кофе растворимый с молоком б/с	9	200
Кофе растворимый с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/10
Второй завтрак		
Киви	10*; 15; 5; 5п; 9	79
Яйцо вареное	9	40
Обед		

Суп овсяный с мелкошинкованными овощами	5; 5п	300/5
Щи со свежей капустой вегетарианские	10*; 15; 9	300/5
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Суфле из паровой рыбы паровое	5п	105
Поджарка из рыбы	10*; 15; 5; 9	75
Салат из помидоров с р/м протертый	5п	130/10
Салат из свежих овощей с р/м	10*; 15; 5; 9	100/8
Кисель из джема/варенья	10*; 15; 5; 5п	200
Кисель из клюквы с/м на фруктозе	9	200
Полдник		
Зефир	10*; 15; 5; 5п; 9	46
Ужин		
Капуста тушеная в сметанном соусе	5; 5п	150
Овощной гарнир	10*; 15; 9	180
Шницель свиной натуральный жареный	10*; 15	60/5
Фрикадельки мясные паровые	5; 5п; 9	105
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Вторник 21.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10

Каша ячневая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша ячневая молочная вязкая б/с	9	195/5
Какао с молоком	10*; 15; 5; 5п	200
Какао с молоком б/с	9	200
Второй завтрак		
Бананы	10*; 15; 5; 5п; 9	205
Горошек зеленый отварной	9	52,5
Обед		
Суп с мелкошинкованными овощами	5; 5п	300/5
Суп гороховый с картофелем	10*; 15; 9	300/5
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Рыба отварная под маринадом	10*; 15; 9	50/120
Котлеты рыбные паровые	5; 5п;	105
Салат из помидоров с растительным маслом	5п	130/10
Салат из свежих овощей с р/м	10*; 15; 5; 9	100/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов б/с	9	180
Полдник		
Блинчик с фруктовой начинкой	10*; 15; 5; 5п; 9	77,5
Ужин		
Кабачки припущенные в масле	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Фрикадельки мясные паровые	10*; 15; 5; 5п; 9	105
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Среда 22.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
--------------------	-------------------	--------------------

На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша геркулесовая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша геркулесовая молочная вязкая б/с	9	195/5
Кофейный напиток с молоком б/с	9	200
Кофейный напиток с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Мандарины свежие	10*; 15; 5; 5п; 9	98
Яйцо вареное	9	40
Обед		
Суп с вермишелью на курином бульоне	5; 5п	300
Щи из свежей капусты вегетарианские	10*; 15; 9	300/5
Рис отварной рассыпчатый с овощами	10*; 15; 5; 5п; 9	155
Суфле из отварной курицы паровое	5; 5п	90
Цыпленок отварной	10*; 15; 9	100
Салат из свежих огурцов с р/м (протертый)	5п	115/5
Салат из свежих огурцов с р/м	10*; 15; 5; 9	115/5
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов на фруктозе	9	200
Полдник		
Йогурт	10*; 15; 5; 5п; 9	125
Ужин		
Баклажаны тушеные с помидорами	10*; 15; 5; 5п; 9	170
Сосиски отварные	10*; 15; 5; 9	64
Суфле из отварного мяса паровое	5п	90
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15

Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	203

Четверг 23.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша рисовая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша рисовая молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Бананы	10*; 15; 5; 5п; 9	209
Сыр	9	30
Обед		

Суп с мелкошинкованными овощами	5; 5п	300/5
Борщ вегетарианский со сметаной	10*; 15; 9	300/5
Кабачки тушеные в сметанном соусе	10*; 15; 5; 5п; 9	180
Котлеты мясные паровые	5; 5п; 9	110
Котлеты мясные, жаренные в раст.масле	10*; 15	100
Помидоры свежие порцион.	10*; 15; 5; 9	50
Помидоры свежие (протертые)	5п	50
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов б/с	9	180
Полдник		
Суфле творожное паровое	10*; 15; 5; 5п	152
Суфле творожное паровое б/с	9	142
Ужин		
Вермишель отварная	10*; 15; 5; 5п; 9	150/5
Колбаса «Докторская»	10*; 15; 5; 9	50
Пюре из отварного мяса	5п	100
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	204

Пятница 24.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10

Каша пшенная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша пшенная молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Киви	10*; 15; 5; 5п; 9	79
Сложный овощной гарнир	9	77,5
Обед		
Суп молочный с вермишелью	5; 5п	300
Суп овсяный с мелкошин. овощами на курином бульоне	10*; 15; 9	300/5
Капуста цветная запечённая	10*; 15; 5; 5п; 9	160
Суфле из отварной курицы отварное	5; 5п	90
Куры жаренные	10*; 15; 9	100
Салат из свежих овощей с р/м	10*; 15; 5; 9	100/8
Салат из свежих овощей с р/м протертый	5п	100/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п;	200
Компот из сухофруктов б/с	9	180
Полдник		
Сырки глазированные	10*; 15; 5; 5п; 9	40
Ужин		
Омлет с мясными продуктами	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Сыр плавленый «Виола»	10*; 15; 5; 5п; 9	35
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Суббота 25.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
--------------------	-------------------	--------------------

На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша гречневая рассыпчатая с молоком	10*; 15; 5; 5п; 9	145/5/190
Какао с молоком б/с	9	200
Кофейный напиток с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Сок томатный	10*; 15; 5; 5п; 9	200
Сыр	9	30
Обед		
Борщ вегетарианский	5; 5п	300/5
Щи из свежей капусты вегетарианские	10*; 15; 9	300/5
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Фрикадельки рыбные	5; 5п	100
Шницель рыбный натуральный жаренный	10*; 15; 9	75
Помидоры св. порцион.	10*; 15; 5; 9	65
Помидоры св. порцион. (протертые)	5п	65
Компот из чернослива	10*; 15; 5; 5п;	200
Компот из чернослива на фруктозе	9	200
Полдник		
Яблоко печеное	10*; 15; 5; 5п; 9	155
Яблоко печеное с фруктозой	9	155
Ужин		
Плов с мясом на растительном масле	10*; 15; 9	265
Рагу из овощей с отварным мясом	5; 5п;	205/55
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		

Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	200
-------	-------------------	-----

Воскресенье 26.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша ячневая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п;	200/5
Каша ячневая молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Груша печеная	5п	141
Груши	10*; 15; 5; 9	195
Обед		
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами	5; 5п	300/5
Суп фасольный вегетарианский	10*; 15; 9	300/5
Макаронные изделия отварные	10*; 15; 5; 9	150/5
Вермишель отварная	5п	150/5
Гуляш из отварного мяса	10*; 15; 5; 9	115
Суфле из отварного мяса паровое	5п	90
Салат из свежих овощей с р/м	10*; 15; 5; 9	100/8
Салат из свежих овощей с р/м протертый	5п	100/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов б/с	9	180

Полдник		
Суфле творожное паровое	10*; 15; 5; 5п	151
Суфле творожное паровое б\с	9	141
Ужин		
Капуста тушеная в сметанном соусе	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Котлеты мясные паровые	5п	110
Чай б\с	10*; 15; 5; 9	77,4
Чай с сахаром	9	200
		200/15
Напиток на ночь		
Простокваша	10*; 15; 5; 5п; 9	202

3 неделя

Понедельник 27.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Яйцо вареное	10*; 15; 5; 5п; 9	40
Каша геркулесовая молочная вязкая б\с	9	195/5
Каша манная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Кофе растворимый с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Кофе растворимый с молоком	9	200
Второй завтрак		

Яблоки	10*; 15; 5; 9	208
Яблоко печеное	5п	150
Сыр плавленый «Виола»	9	35
Обед		
Суп гороховый вегетарианский	10*; 15; 9	300
Суп картофельный с вермишелью	5; 5п	300/5
Пюре картофельное	5; 5п	170/5
Картофель отварной с маслом	10*; 15; 9	150/5
Котлеты рыбные жаренные на растительном масле	10*; 15; 9	110
Котлеты рыбные паровые	5; 5п	105
Огурец свежий порцион.	10*; 15; 5; 9	50
Огурец свежий протертый	5п	50
Компот из кураги	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из кураги с фруктозой	9	200
Полдник		
Зефир	10*; 15; 5; 5п; 9	46
Ужин		
Кабачки припущенные в масле	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Тефтели мясные с рисом паровые	10*; 15; 5; 5п; 9	115
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	198

Вторник 28.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120

Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Сыр плавленый «Виола»	10*; 15; 5; 5п; 9	17,5
Каша пшеничная молочная вязкая с изюмом	10*; 15; 5; 5п	205/5
Каша пшеничная молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Яблоко печеное	5п;	103
Мандарины св.	10*; 15; 5; 9	125
Сложный овощной гарнир	9	77,5
Обед		
Суп из сборных овощей со сметаной на курином бульоне	5; 5п	300/5
Борщ со сметаной на курином бульоне	10*; 15; 9	300/5
Баклажаны тушеные с помидорами	10*; 15; 5; 5п; 9	165
Суфле из отварной курицы паровое	5п	90
Цыпленок отварной	10*; 15; 5; 9	100
Салат из свежих огурцов с р/м (протертый)	5п	115/5
Салат из свежих огурцов с р/м	10*; 15; 5; 9	115/5
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов б/с	9	180
Полдник		
Блинчики с мясом	10*; 15; 5; 5п; 9	70
Ужин		
Каша гречневая рассыпчатая	10*; 15; 5; 5п; 9	145/5
Гуляш из отварного мяса	10*; 15; 5; 9	115
Пюре из отварного мяса	5п	100
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Среда 29.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша манная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша ячневая молочная жидкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Груши	10*; 15; 5; 9	217
Киви	5п	79
Обед		
Суп гречневый вегетарианский	5; 5п	300/5
Суп из сборных овощей со сметаной	10*; 15; 9	300/5
Пюре картофельное с растительным маслом	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Рыба припущенная	5; 5п	75
Поджарка из рыбы	10*; 15; 9	75
Помидор свежий порц.	10*; 15; 5; 5п; 9	88
Компот из чернослива	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из чернослива на фруктозе	9	200
Полдник		
Сырки глазированные	10*; 15; 5; 5п; 9	40
Ужин		
Капуста цветная запечённая	10*; 15; 5; 5п; 9	160
Цыпленок отварной	10*; 15; 5; 5п; 9	100
Чай б/с	9	200

Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	198

Четверг 30.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша ячневая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша ячневая молочная вязкая б/с	9	195/5
Кофе растворимый с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Кофе растворимый с молоком	9	200
Второй завтрак		
Бананы	10*; 15; 5; 5п; 9	208
Обед		
Суп молочный с вермишелью	5; 5п	300
Суп с вермишелью на курином бульоне	10*; 15; 9	300
Капуста тушеная на сметанном соусе	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Куры жаренные	10*; 15; 9	100
Цыпленок отварной	5	100
Пюре из мяса кур	5п	100
Салат из свежих овощей с р/м	10*; 15; 5; 9	100/8
Салат из свежих овощей с р/м протертый	5п	100/8
Сок томатный	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Полдник		
Суфле творожное паровое б/с со сметаной	9	141/15
Суфле творожное паровое со сметаной	10*; 15; 5; 5п	151/15
Ужин		
Омлет паровой с колбасными изделиями	10*; 15; 5; 5п; 9	130
Сыр плавленый «Виола»	10*; 15; 5; 5п; 9	35
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Чай фруктовый б/с	9	200
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	198

Пятница 31.07.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша «Дружба» молочная	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша «Дружба» молочная вязкая б/с	9	200/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Яблоки	10*; 15; 5; 9	139
Яблоки печеные	5п	102
Сыр	9	39
Обед		

Суп овсяный с мелкошинкован. овощами на мясном бульоне	10*; 15; 9	300/5
Щи из свежей капусты на мясном бульоне	5; 5п	300/5
Запеканка картофельная, фаршированная	10*; 15; 5; 5п; 9	240/5
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	10*; 15; 5; 9	80/8
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	5п	80/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов б/с	9	180
Полдник		
Мармелад	10*; 15; 5; 5п	34,8
Мармелад диабетический	9	36,8
Ужин		
Кабачки припущенные в масле	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Биточки мясные паровые	5п	110
Сосиски отварные	10*; 15; 5; 9	127
Чай фруктовый б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Суббота 01.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша рисовая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша рисовая молочная вязкая б/с	9	195/5

Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Мандарины св.	10*; 15; 5; 5п; 9	121
Яйцо вареное	9	40
Обед		
Суп картофельный с вермишелью	5; 5п	300/5
Суп фасолевый вегетарианский	10*; 15; 9	300/5
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Фрикадельки рыбные	5; 5п	100
Шницель рыбный натуральный жаренный	10*; 15; 9	75
Свекла протертая с р/м	10*; 15; 5; 5п; 9	87/5
Компот из с/м ягод	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из с/м ягод на фруктозе	9	200
Полдник		
Пудинг творожный запечённый	10*; 15; 5; 5п	145
Пудинг творожный запеченный б/с	9	135
Ужин		
Рагу из овощей	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Поджарка из говядины	10*; 15; 5; 9	50/15
Пюре из отварного мяса	5п	100
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	201

Воскресение 02.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		

Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша манная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша ячневая молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Второй завтрак		
Киви	10*; 15; 5; 5п; 9	81
Яйцо вареное	9	40
Обед		
Суп из сборных овощей на курином бульоне	5; 5п	300/5
Суп рыбный с крупой и картофелем	10*; 15; 9	300
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Цыпленок отварной	10*; 15; 5; 9	100
Пюре из мяса кур	5п	100
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	10*; 15; 5; 9	80/8
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	5п	80/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов б/с	9	180
Полдник		
Конфеты порцион.	10*; 15; 5; 5п; 9	26,8
Ужин		
Плов с мясом на растительном масле	10*; 15; 5; 5п; 9	205/50/5
Сыр плавленый «Виола»	10*; 15; 5; 5п; 9	35
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/15
Напиток на ночь		
Простокваша	10*; 15; 5; 5п; 9	200

4 неделя

Понедельник 03.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша пшенная молочная вязкая с изюмом	10*; 15; 5; 5п	205/5
Каша пшенная молочная вязкая б/с	9	195/5
Кофе растворимый с молоком	9	200
Кофе растворимый с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Второй завтрак		
Сырки глазированные	10*; 15; 5; 5п; 9	40
Обед		
Суп молочный с вермишелью	5; 5п	300
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами	10*; 15; 9	300/5
Капуста цветная запечённая	10*; 15; 5; 5п; 9	160
Котлеты мясные паровые	5; 5п	110
Шницель свиной натуральный рубленый	10*; 15; 9	70
Салат из помидоров с растительным маслом	5п	100/8
Салат из свежих помидоров и перца с р/м	10*; 15; 5; 9	100/8
Кисель из варенья (джема) на фруктозе	9	200
Кисель из варенья, джема	10*; 15; 5; 5п	200
Полдник		
Яблоки	10*; 15; 5; 9	136
Яблоко печеное	5п	100
Ужин		

Блины с фруктовой начинкой	10*; 15; 5; 5п; 9	77
Омлет паровой	10*; 15; 5; 5п; 9	115
Чай фруктовый б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200/10
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Вторник 04.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша геркулесовая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п;	200/5
Каша геркулесовая молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Второй завтрак		
Груши печеные	5п	94
Груши	10*; 15; 5; 9	129
Сыр плавленый «Виола»	9	35
Обед		

Суп из сборных овощей со сметаной	5; 5п	300/5
Щи из свежей капусты на курином бульоне	10*; 15; 9	300/5
Пюре картофельное	5п	170/5
Картофель отварной с маслом	10*; 15; 5; 9	150/5
Цыпленок отварной	5; 5п	100
Куры жареные	10*; 15; 9	100
Салат из свежих огурцов с р/м (протертый)	5п	115/5
Салат из свежих огурцов с р/м	10*; 15; 5; 9	115/5
Сок томатный	10*; 15; 5; 5п; 9	200
Полдник		
Суфле творожное паровое	10*; 15; 5; 5п	151
Суфле творожное паровое б/с	9	141
Ужин		
Голубцы ленивые без томатной пасты	5; 5п	305
Плов с мясом на растительном масле	10*; 15; 9	205/50/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Среда 05.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша манная молочная	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша рисовая молочная вязкая б/с	9	195/5

Чай б/с	9	200
Чай с джемом	10*; 15; 5; 5п	200/20
Второй завтрак		
Мандарины свежие	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Сложный овощной гарнир	9	77,5
Обед		
Суп овсяный вегетарианский	5; 5п	300/5
Суп с мелкошинкованными овощами	10*; 15; 9	300/5
Кабачки тушеные в сметанном соусе	10*; 15; 5; 5п; 9	180
Котлеты из филе индейки жареные	10*; 15	102
Котлеты из филе индейки паровые	5; 5п; 9	102
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	10*; 15; 5; 9	80/8
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	5п	80/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов б/с	9	180
Полдник		
Йогурт	5п	125
Сырки глазированные	10*; 15; 5; 5п; 9	40
Ужин		
Вермишель отварная	10*; 15; 5; 5п; 9	155/5
Пюре из отварного мяса	5п	100
Сардельки отварные	10*; 15; 5; 9	78
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Четверг 06.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		

Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Яйцо вареное	10*; 15; 5; 5п; 9	40
Каша гречневая рассыпчатая с молоком	10*; 15; 5; 5п; 9	145/5/190
Кофе растворимый с молоком	9	200
Кофе растворимый с молоком и сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Второй завтрак		
Яблоки	10*; 15; 5; 9	118
Яблоко печеное	5п	88
Сыр плавленый «Виола»	9	35
Обед		
Борщ на курином бульоне со сметаной	5; 5п	300/5
Щи из свежей капусты на курином бульоне	10*; 15; 9	300/5
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Суфле из отварной курицы паровое	5п	90
Цыпленок отварной	10*; 15; 5; 9	100
Салат из свежих овощей с р/м	10*; 15; 5; 9	103/8
Салат из свежих овощей с р/м протертый	5п	100/8
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из сухофруктов на фруктозе	9	200
Полдник		
Сок томатный	10*; 15; 5; 5п; 9	200
Ужин		
Рис отварной рассыпчатый	10*; 15; 5; 5п; 9	155
Котлеты рыбные жареные на растительном масле	10*; 15; 9	110
Рыба припущенная	5; 5п	75
Чай б/с	9	200

Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Пятница 07.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша пшенная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п;	200/5
Каша пшенная молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Второй завтрак		
Киви	10*; 15; 5; 5п; 9	85
Обед		
Суп гороховый с картофелем на мясном бульоне	10*; 15; 9	300
Суп молочный с вермишелью	5; 5п	300
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Котлеты мясные паровые	5; 5п; 9	110
Котлеты мясные, жареные в растительном масле	10*; 15	100
Салат из свежих огурцов с р/м (протертый)	10*; 15; 9	115/5
Салат из свежих огурцов с р/м	5п	115/5
Компот из сухофруктов	10*; 15; 5; 9	200
Компот из сухофруктов б/с	10*; 15; 5; 5п	180
	9	
Полдник		

Конфеты порц.	10*; 15; 5; 5п; 9	28
Ужин		
Капуста цветная отварная	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Колбаса вареная «Докторская»	10*; 15; 9	57
Суфле из отварного мяса паровое	5; 5п	90
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Ряженка	10*; 15; 5; 5п; 9	200

Суббота 08.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		
Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша ячневая молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Каша ячневая молочная вязкая б/с	9	195/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Второй завтрак		
Бананы	10*; 15; 5; 5п; 9	206
Обед		

Суп рисовый с мелкошинкованными овощами	5; 5п	300/5
Борщ вегетарианский с фасолью	10*; 15; 9	300/5
Кабачки припущенные в масле	10*; 15; 5; 5п; 9	150
Пюре из мяса кур	5п	100
Куры жареные	10*; 15; 5; 9	100
Помидор свежий порцион.	10*; 15; 5 9	50
Салат из свежих помидоров и огурцов с р/м	5п	80/8
Кисель из джема на фруктозе	9	200
Кисель из джема, варенья	10*; 15; 5; 5п; 9	200
Полдник		
Суфле творожное паровое	10*; 15; 5; 5п	150
Суфле творожное паровое б/с	9	140
Ужин		
Пюре картофельное	10*; 15; 5; 5п; 9	170/5
Поджарка из рыбы	10*; 15; 9	75
Рыба припущенная	5; 5п	75
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Кефир	10*; 15; 5; 5п; 9	199

Воскресенье 09.08.15

Наименования блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
На весь день		
Минеральная вода	10*; 15; 5; 5п; 9	0,500
Хлеб пшеничный	10*; 15; 5; 5п; 9	145
Хлеб ржаной	10*; 15; 5; 5п; 9	120
Завтрак		

Масло сливочное	10*; 15; 5; 5п; 9	10
Каша геркулесовая молочная вязкая б/с	9	195/5
Каша манная молочная вязкая	10*; 15; 5; 5п	200/5
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Второй завтрак		
Сырки глазированные	10*; 15; 5; 5п; 9	40
Обед		
Суп овсяный с мелкошинкованными овощами	5; 5п	300/5
Суп фасолевый вегетарианский	10*; 15; 9	300/5
Рис отварной рассыпчатый	10*; 15; 5; 5п; 9	155
Гуляш из отварного мяса	10*; 15; 5; 9	115
Пюре из отварного мяса	5п	100
Салат из свежих овощей с р/м	10*; 15; 5; 9	100/8
Салат из свежих овощей с р/м протертый	5п	100/8
Компот из с/м ягод (клубника)	10*; 15; 5; 5п	200
Компот из м/м ягод на фруктозе (клубника)	9	200
Полдник		
Яблоки	10*; 15; 5; 9	128
Яблоко печеное	5п	94
Ужин		
Картофель тушеный с мясом	10*; 15; 5; 5п; 9	250
Чай б/с	9	200
Чай с сахаром	10*; 15; 5; 5п	200
Напиток на ночь		
Простокваша	10*; 15; 5; 5п; 9	200