|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник 13.12.21*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | сок | 150г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200г |
|  | Макарон. Изд. | 110г. |
|  | Котлета мясная | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Зеленый горошек | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с сыром и яйцом | 90 г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Суп молоч. с рисом | 200г |
|  | Чай | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник 14.12.21*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 200г |
|  | Сосиска отварная | 70г. |
|  | Каша гречневая с маслом | 110г |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | огурец свежий | 30г. |
|  | Кисель облепиховый | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 150г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Уха из сайры | 200г. |
|  | Чай с конфетой | 200г. |
|  | Хлеб |  |
| ГПД | Сок | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда 15.12.21*** | ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 200г |
|  | Капуста тушенная с мясом | 200г |
|  | Морс | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Помидоры | 30г |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Булка с повидлом | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Сосиска, хлеб, чай |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг 16.12.21*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом/ сыром | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с макарон.изд. | 200г |
|  | Плов | 130г. |
|  | Кабачков .икра | 30г. |
|  | Компот из кураги | 200г |
|  | Хлеб | 45г |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка творож. со сгущенкой | 90/30г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Фрукт |  |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница 17.12.21*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной | 200/10г |
|  | Шницель рыбный натуральный | 80г. |
|  | Картофель отварной | 150г |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Компот фруктовый | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка печеноч с рисом | 100г. |
|  | Соус сметанный | 40г. |
|  | Чай с печеньем | 200г. |
| **ГПД** | Зефир/чай |  |