|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник 20.12.21*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 200г |
|  | Макарон. изделия | 110г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Котлета мясная  | 80г |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Яйцо отварное, бутерброд с сыром  | 40/35/20. |
|  | Цикорий на молоке  | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Чай / вафли | 200г |
|  |  |  |
|  |   |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник 21.12.21*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая  | 200г. |
|  | Батон с маслом  | 35/5г |
|  | Чай с лимоном |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200г |
|  | Плов | 200г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Морс  | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт  | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с творогом  | 90г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Фрукт |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда 27.10.21*** | ***Завтрак*** | Каша манная  | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром  | 35/5/9г. |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп картофельный с макарон.изд | 200г |
|  | Биточек мясная | 80г. |
|  | Перловка с маслом | 110г. |
|  | Кисель из облепиховый | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Соус томатный | 40г.  |
|  | Помидор свежий  | 30г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок  | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Уха  | 200г |
|  | Чай с конфетой | 200г. |
|  | Хлеб | 30г |
| **ГПД** | Вафли, чай  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг 28.10.21*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 27г |
|  | Чай с лимоном  |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп картофельный с крупой | 200г |
|  | Зразы из говядины с овощами  | 100г |
|  | Свекла тушенная | 30г |
|  | Компот фруктовый | 200г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** |  Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка творож. Со сгущен | 100г. |
|  | Чай с печеньем | 200г. |
|  | Хлеб  |  |
| **ГПД** | Зефир, чай | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница 29.10.21*** | ***Завтрак*** | Каша гречневая | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Какао с молоком  |  200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 200г |
|  | АЗУ | 200г. |
|  | Помидор свежий  | 30г. |
|  | Компот из чернослива | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сосиска в тесте  | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД  | Сок  |  |
|  |  |  |