|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | сок | 150г |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп картофельный «Кудрявый» | 200г |
|  | Котлета мясная  | 80г. |
|  | Макарон.изд. с маслом | 110г. |
|  | Компот сухофруктов | 200г. |
|  | Зеленый горошек | 30г. |
|  | Хлеб | 50г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  |  |  |
| **15:00** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка твороженная со сгущенкой | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200/50г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Чай / вафли |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт | 100 г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с мясными фрикадельками  | 200г |
|  | Запеканка рыбная  | 120г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Томаты свежие | 30 |
|  | Морс клюквенный | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Манник с вареньем  | 100г. |
|  | Чай  | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Зефир/чай |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром Чай с сахаром | 35/5г. |
|  |  | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт  | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 200г |
|  | Гуляш мясной | 80г. |
|  | Гречка отварной | 110г. |
|  | Кисель облепиховый  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Огурец свежий | 30г |
|  |  |  |
| **15:00** | снежок | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сосиска в тесте | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | фрукт |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп картофельный с клецками | 200г |
|  | Ленивые голубцы | 160г |
|  | Соус сметанный | 40г |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Томат свежий | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Макаронные изд. с сыром | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200 |
|  |  |  |
| ГПД | Конфета /чай | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Кофейный напиток на молоке | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 200/10г |
|  | Жаркое по-домашнему  | 180г. |
|  | Огурец свежий | 30г |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок  | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с творогом  | 90г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | сок | 150г |
|  |  |  |