***понедельник***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша манная  | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с лимоном  |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 200г |
|  | Плов  | 200г. |
|  | Зеленый горошек  | 30г. |
|  | Компот из сухофруктов  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сочни с творогом | 900г/30 |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Зефир в шоколаде  | 20г. |
|  |  Чай  | 200г |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200г |
|  | Батон с маслом /сыром | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200г |
|  | Сосиска отварная  | 70г. |
|  | Макаронные изд. с маслом | 110г |
|  | Соус томатный  | 40г |
|  | Томат свежий | 30г. |
|  | Кисель облепиховый | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Уха ,хлеб  | 200г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Вафли, чай |  |

**СРЕДА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша рисовая  | 200 г |
|  | Батон  | 30г |
|  | Какао на молоке |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками  | 200г |
|  | Капуста тушенная с мясом | 200г |
|  | Морс  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Манник со сгущенкой | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД  | сок | 150г |

 четверг

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной  | 200/10г |
|  | Гречка отварная с маслом | 110г. |
|  | Мясная котлета  | 80г. |
|  | Томат свежий | 30г |
|  | Компот  | 200г |
|  | Хлеб | 45г |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Вермишель с сосисками | 120г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Чай с конфетой | 200/20г. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Харчо | 200/10г |
|  | Котлета рыбная | 80г. |
|  | Пюре картофельное  | 150г |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Морс | 200г |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Булка с повидлом  | 90г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
| **ГПД** | Фрукт |  |