***понедельник***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок | 130г |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200/10г |
|  | Плов | 200г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с сыром и яйцом | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | яблоко |  |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200г |
|  | Батон | 35г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | банан |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Полевой» | 200г |
|  | Сосиска отварная | 70г. |
|  | Гречка отварная | 150г |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | огурец свежий | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Уха/хлеб | 200/30г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Вафли, чай | 20/200г. |

**СРЕДА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | яблоко |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 200г |
|  | Капуста тушенная с мясом | 200г |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Булка «Сахарная» | 90г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Конфеты , чай |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон | 35/5г. |
|  | Какао на молоке | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп картофельный с горохом | 200г |
|  | Лапшевник с мясом | 120г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Огурец свежий | 30г |
|  | Кисель | 200г |
|  | Хлеб | 45г |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка творож. со сгущенкой | 90/30г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Печенье/чай | 20/200г. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Завтрак*** | Каша «Дружба» | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с мясными фрикадельками | 200г |
|  | Шницель рыбный | 80г. |
|  | Рис отварной | 110г |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Компот фруктовый | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Макароны с сыром | 120г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Зефир /чай | 20/200г. |