|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Понедельник* 26.09.22** | | |
| ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 200/10г |
|  | Плов | 200г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка твороженная со сгущенкой | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Вафли/чай | 20/200г. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вторник 27.09.22** | | |
| ***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 |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Манник с вареньем | 100/30г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Сок | 130г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Среда 28.09.22** | | |
| ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон | 35г |
|  | Какао на молоком | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 200г |
|  | Капуста тушенная с мясом | 200г |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с яйцом и сыром | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Зефир/чай | 20/200г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Четверг 29.09.22** | | |
| ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Харчо»» | 200г |
|  | Котлета рыбная | 80г. |
|  | Пюре картофельное | 150г |
|  | Соус томатная | 40г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Макароны с мясом | 130г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Чай/ печенье | 20/200г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Пятница 30.09.22** | | |
| ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон | 35г. |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной | 200/10г |
|  | Гороховое пюре | 110г. |
|  | Мясная котлета | 80 |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот | 200г |
|  | Хлеб | 45г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Булка с повидлом | 100г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Конфета/чай | 20/200г. |
|  |  |  |