|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Йогурт | 100г |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной  | 200/10г |
|  | Мясо «по-таежному»  | 80г. |
|  | Рис отварной с маслом | 110г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Кисель облепиховый | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с творогом | 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. |
|  | Огурец | 30 |
|  | Морс  | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Манник с вареньем  | 100г. |
|  | Чай  | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Зефир/чай |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт  | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** |  Суп «Любительский» | 200г |
|  | Гуляш (куриный)  | 90г. |
|  | Картофельное пюре | 150г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Суп молочный  | 200г. |
|  | Чай с печеньем | 200/20г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Конфеты/Чай |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 200/10г |
|  | Макаронные изделия с маслом | 110г |
|  | Биточек мясной | 80г |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Огурец | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Рис с мясом | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200 |
|  |  |  |
| ГПД | Фрукт |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Какао на молоке  | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** |  Суп «Кудрявый» | 200г |
|  | Ленивые голубцы | 180г. |
|  | Соус сметанный | 30г |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Пицца «Детская» | 100г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | фрукт |  |
|  |  |  |