|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша гречневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао на молоке |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Сок/фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Полевой» | 200г |
|  | Макаронные издел. | 110г. |
|  | Котлета мясная  | 80г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка твороженная со сгущенкой | 100г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Чай/ печенье |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***вторник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200/10г |
|  | Рис отварной  | 110г. |
|  | Биточек рыбный  | 80г. |
|  | Соус томатный  | 40г |
|  | Огурец свежий | 30г |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с повидлом | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Сосиска, хлеб, чай  | 75/30/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***среда*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая  | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00**  | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 200г |
|  | Жаркое по-домашнему  | 180г. |
|  | Томат свежий | 30г |
|  | Компот фруктовый  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок  | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Уха с рисом | 200г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Чай /вафли | 200/20г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром  | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 200/10г |
|  | Гречка отварная  | 100г. |
|  | Биточек мясной |  80г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Морс из клюквы | 200г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Молочный суп с вермишелью | 200г |
|  | Чай/печенье | 200/20 |
|  |  |  |
| **ГПД** | Зефир/чай | 20/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***пятница*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая  | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | Сок  | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Гороховый с гренками | 200г |
|  | Картофельное пюре | 130г. |
|  | Тефтели мясные | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт  | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сосиска в тесте  | 140г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | фрукт |  |