|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник 28.11.22*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт/сок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 200/10г |
|  | Гречка отварная | 110г. |
|  | Биточек мясной | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Суп молочный с вермишелью | 200г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | конфета/чай | 200/20г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник 29.11.22*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200г. |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт | 100 г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с мясными фрикадельками | 200г |
|  | Котлета рыбная | 80г. |
|  | Рис отварной | 110г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Напиток витаминный | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Пицца «Детская» | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Зефир/ чай | 200/20г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда 30.11.22*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Печенье | 20г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Полевой» | 200г |
|  | Зразы из говядины с овощами | 120г. |
|  | Свекла тушенная | 30г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Морс из облепиховый | 200г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Гренок с яйцом и сыром | 100г |
|  | Какао с молоком | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | вафли, чай | 20/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг 01.12.22*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200г |
|  | Лапшевник | 130г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка твороженная/молоко сгущенное | 100/30г. |
|  | Чай с печеньем | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Печенье , чай | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница 02.12.22*** | ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон с повидлом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 200г |
|  | Пюре картофельное | 150г. |
|  | Бефстроганов | 100г. |
|  | Томат свежий | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Булка «Сахарная» | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Рис с мясом | 120г. |
|  | Чай п/слад | 200г. |
|  |  |  |