|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Полевой» | 200г |
|  | Макаронные издел. | 110г. |
|  | Котлета мясная | 80г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Суп молочный с рисом | 200г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Чай /вафли | 20/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***вторник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 200г |
|  | Сосиска | 70г. |
|  | Гречка отварная с маслом | 110г. |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Томат свежий | 30г |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Булка с повидлом | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Зефир, чай | 20/200 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***среда*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 200г |
|  | Жаркое по-домашнему | 180г. |
|  | Огурец свежий | 30г |
|  | Кисель | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Соус томатный | 40 |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка творож со сгущенкой | 100/30г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Печенье/чай с сахаром | 200/20г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200/10г |
|  | Рис отварной | 110г. |
|  | Рыба припущенная с овощами | 80г |
|  | Морс из клюквы | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Макароны с мясом | 130г |
|  | Чай с сахаром | 200 |
|  |  |  |
| **ГПД** | Конфета/чай | 20г/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. |
|  | Морс | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Сельдь соленная | 30г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с сыром и яйцом | 110г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Фрукт |  |