|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Понедельник 19.12.20*** | | |
| ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35г |
|  | Кофейный напиток на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 200г |
|  | Плов | 200г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Зеленый горошек | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Уха ,хлеб | 200г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Вафли/ чай | 20/200г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вторник 20.12.22** | | |
| ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной | 200/10г |
|  | Котлета мясная | 80г. |
|  | Каша гречневая с маслом | 110г |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | огурец свежий | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сочни с творогом | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Картофель с мясом | 130г. |
|  | Чай п/слад | 200г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Среда 21.12.22** | | |
| ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Печенье | 20г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 200г |
|  | Капуста тушенная с мясом | 200г |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Гренок | 70г. |
|  | Какао на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Сосиска | 70г. |
|  | Чай | 200г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Четверг 22.12.22** | | |
| ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 200г |
|  | Картофельное пюре | 150г. |
|  | Котлета | 80 |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот из кураги | 200г |
|  | Помидор свежий | 30г. |
|  | Хлеб | 45г |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с повидлом | 100г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Сок | 130г. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Пятница 23.12.22** | | |
| ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 200г |
|  | Котлета рыбная | 80г. |
|  | Рис отварной | 150г |
|  | Соус томатная | 40г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Макароны с сыром | 130г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Конфета/чай | 20/200г. |