|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 200/10г |
|  | Лапшевник | 150г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Салат | 50г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сочни с творогом | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Гречка рассыпчатая | 110г. |
|  |  | Чай п/сладкий | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200г. |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао с молоком | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт | 100 г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 200г |
|  | Шницель рыбный | 80г. |
|  | Рис отварной | 110г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Салат | 30г. |
|  | Напиток витаминный | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Суп молочный | 100/30г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Чай/ печенье | 200/20г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/20г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 200г |
|  | Биточек мясная | 80г. |
|  | Перловка с маслом | 110г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Кисель из облепиховый | 200г. |
|  |  |  |
| **15:00** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Овощное рагу | 130г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | конфета, чай | 20/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша геркулес | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Полевой» | 200г |
|  | Зразы из говядины с овощами | 100г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Свекла тушенная | 30г |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка из печени /соус сметанный | 100/40г. |
|  | Чай с печеньем | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | вафли , чай | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с повидлом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп гороховый с гренками | 200г |
|  | Жаркое по-домашнему | 200г. |
|  | Помидор свежий | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сосиска в тесте | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Зефир / чай | 20/200г. |
|  |  |  |