|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная  | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Пюре фруктовое (Агуша) | 90г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Полевой» | 200г |
|  | Макаронные издел. | 110г. |
|  | Котлета мясная  | 80г. |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка твороженная со сгущенкой | 100/30г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Пряник/чай  | 30/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***вторник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200г |
|  | Жаркое по-домашнему  | 110г. |
|  | Салат | 30г |
|  | Кисель облепиховый | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **15:00** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Булка «Дорожная» | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Гречка рассыпчатая  | 110г. |
|  |  | Чай с молоком |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***среда*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая  | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 200г |
|  | Рыба запеченная  | 90г. |
|  | Рис отварной с маслом | 110г. |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Томат свежий  | 30г |
|  | Морс | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок  | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Макароны с мясом  | 200г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Вафли /чай | 20/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Печенье  | 20г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Сок |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной | 200/10г |
|  | Гречка отварная  | 100г. |
|  | Биточек мясной |  80г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Морс из клюквы | 200г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Яйцо, бутерброд с сыром  | 40/40г |
|  | Кофейный напиток  | 200 |
|  |  |  |
| **ГПД** | Фрукт |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***пятница*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая  | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | фрукт |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Харчо | 200г |
|  | Картофельное пюре | 130г. |
|  | Тефтели мясные | 80г. |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Морс | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт  | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Расстегай  | 110г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Зефир/чай  | 20/200г |