|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с мясными фрикадельками  | 220г |
|  | Рис отварной с маслом | 120г. |
|  | Шницель рыбный  | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Морс  | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Гречка рассыпчатая  | 130г. |
|  | Цикорий на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Печенье/чай  | 200/20г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт  | 1 шт |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 220г |
|  | Бефстроганов  | 120г. |
|  | Пюре картофельное | 130г. |
|  | Томат свежий | 30г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  |  |  |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Йогурт | 100г |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сосиска в тесте | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Зефир/Чай |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт | 1 шт |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 220г |
|  | Ленивые голубцы | 160г |
|  | Соус сметанный | 40г |
|  | Морс | 200г. |
|  | Салат ( огурец свеж.+картоф+з.горош) | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Макаронные изд. с сыром | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200 |
|  |  |  |
| ГПД | Пастила/чай | 20/200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 220/10г |
|  | Перловка отварная с маслом | 130г. |
|  | Биточек мясной | 80г |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Огурец | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Ватрушка с творогом | 110г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Фрукт | 1 шт |
|  |  |  |