|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 220/10г |
|  | Котлета мясная | 80г. |
|  | Макаронные изделия | 130г. |
|  | Компот сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 50г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Запеканка творож. со сгущенкой | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Чай / пряники | 20/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | Сок | 100 г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 220г |
|  | Рис отварной с маслом | 130 |
|  | Биточек рыбный | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Огурец | 30 |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Полдник** | Манник с вареньем | 100г. |
|  | Чай | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Фрукт |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5. |
|  | Чай с лимон | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной | 220/10г |
|  | Гуляш курица | 90г. |
|  | Булгур с маслом | 130г. |
|  | Салат «Зимний» | 30г. |
|  | Витаминный напиток | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Булка Дорожная | 100г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **ГПД** | Зефир/чай | 20/200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | Сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 220г |
|  | Ленивые голубцы | 160г |
|  | Соус сметанный | 40г |
|  | Кисель | 200г. |
|  | Огурец | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Макароны с сыром | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200 |
|  |  |  |
| ГПД | Печенье /чай | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | Фруктовое пюре | 90г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп гороховый с гренками | 200г |
|  | Пюре картофельное | 150г. |
|  | Сосиска отварная | 70г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Томат свежий | 30г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Рис с мясом | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| ГПД | Вафли/чай | 20/200г |
|  |  |  |