|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша гречневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао с молоком | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 220/10г |
|  | Макаронные издел. | 130г. |
|  | Котлета мясная | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | Печенье/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Запеканка твороженная со сгущенкой | 130г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***вторник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | Сок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 220г |
|  | Рис отварной с маслом | 130г. |
|  | Биточек рыбный | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Салат | 30г |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** **(ГПД)** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булка «Сахарная» | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***среда*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | фрукт | 1шт. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Булгур отварной с маслом | 130г. |
|  | Гуляш мясной | 90г. |
|  | Томат свежий | 30г |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | Вафли/чай | 200/40г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Овощное рагу с сосисками | 180г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30 часов** | Сок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 220г |
|  | Гречка отварная | 130г. |
|  | Биточек мясной | 80г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | конфета/чай п/сладкий | 30г/200г |
|  |  |  |
| **Ужин** | Уха, хлеб | 200г |
|  | Чай с лимоном | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***пятница*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **9:30** | фрукт | 1шт. |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 220г |
|  | Жаркое по-домашнему | 200г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | Чай с зефиром | 200/20г |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булка с повидлом | 110г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |