|  |
| --- |
| ***Понедельник* 10.07.23** |
| ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао на молоке |  200г. |
|  |  |  |
| **9:30** | Фрукт/сок  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп клецками | 220/10г |
|  | Плов  | 200г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | Салат «Витаминный» | 50г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Манник с вареньем | 100/30г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |
| --- |
| **Вторник 11.07.23** |
| ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200г |
|  | Батон с повидлом | 35/20г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **9:30** | Пюре Фруктовое  | 90г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Солянка | 220г |
|  |  Пюре картофельное | 150г. |
|  | Бефстроганов из печени | 100г |
|  | Салат | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | Конфета/ чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Макароны с сыром | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |
| --- |
| **Среда 12.07.23.** |
| ***Завтрак*** | Каша геркулесовая  | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **9:30** | сок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 220/10г |
|  | Макаронные изделия с маслом | 130г |
|  | Котлета мясная  | 80г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Ужин** | Сочни | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |
| --- |
| **Четверг 13.07.23** |
| ***Завтрак*** | Каша пшенная  | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **9:30** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 220г |
|  | Капуста тушенная с мясом | 200г |
|  | Морс  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | Вафли/чай  | 20/200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Ужин** | Рис с мясом  | 110г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |

|  |
| --- |
| **Пятница 14.07.23** |
| ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **9:30** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Рис отварной с маслом  | 130г. |
|  | Рыба запеченная  | 90г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Помидор свежий | 30г. |
|  | Компот  | 200г |
|  | Хлеб | 45г |
|  |  |  |
| **Полдник (ГПД)** | Чай/ зефир | 20/200г. |
|  |  |  |
|  | Ватрушка с яйцом и сыром  | 100г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |