|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Гороховое пюре | 130г. |
|  | Котлета мясная | 80г |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Фрукт |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| Ужин | Сочни с творогом | 90г |
|  | Чай с сахаром | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 220г |
|  | Рис отварной | 90г. |
|  | Биточек рыбный | 130г. |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Томат свежий | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Вафли , Чай | 20/200г |
|  |  |  |
| Ужин | Гречка рассыпчатая | 130г |
|  | Чай с молоком | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша «Рябушка» | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп Полевой | 200г |
|  | Жаркое по-домашнему | 180г. |
|  | Огурец свежий | 30г |
|  | Кисель | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| Ужин | Булка «Сахарная» | 100г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 220г |
|  | Гречка отварная | 130г. |
|  | Биточек мясной | 80г |
|  | Напиток витаминный | 200г. |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Конфета ,Чай | 20/200г |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Ужин** | Макароны с сосисками | 130г |
|  | Чай с сахаром | 200г |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 200г |
|  | Булгур | 130г. |
|  | Бефстроганов | 80г |
|  | Компот | 200г. |
|  | Салат | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Барни, Чай | 30/200г |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Ужин** | Яйцо/ бутерброд с сыром | 40г/40г |
|  | Цикорий с молоком | 200г |
|  |  |  |