|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник***  | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с повидлом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 220г |
|  |  Перловка отварная с маслом | 130г. |
|  | Биточек мясной | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Вафли, Чай | 20/200г. |
|  |   |  |
| **Ужин** | Запеканка творож. со сгущенкой  | 130г |
|  | Чай с сахаром | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник***  | ***Завтрак*** | Каша ячневая  | 200г. |
|  |  Печенье | 20г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с мясными фрикадельками | 220г |
|  | Рис отарной с маслом  | 130г. |
|  | Котлета рыбная  | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Напиток витаминный  | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Гренок | 80г. |
|  | Цикорий с молоком | 200г. |
|  |  |  |
|  **Ужин** | Фрукт |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда***  | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5 |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 220/10г |
|  | Котлета мясная | 80г. |
|  | Макаронные изделия с маслом | 130г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Огурец свежий  | 30г. |
|  | Хлеб | 45г.  |
|  | Кисель из облепиховый | 200г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Сухари/чай  | 20/200г. |
|  |  |  |
|  Ужин | Манник с вареньем | 100г |
|  | Чай |  200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг***  | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Какао с молоком |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью  | 220г |
|  | Зразы из говядины с овощами  | 130г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Свекла тушенная | 30г  |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Снежок  | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Пряник/Чай | 20/200г |
|  |  |  |
| **Ужин** | Уха  | 200г. |
|  |  | Чай с конфетой  | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница***  | ***Завтрак*** | Каша гречневая  | 200 г |
|  | Батон масло/сыр | 35/9/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 220/10г |
|  | Гуляш говяжий  | 80г |
|  | Булгур отварной с маслом | 130г. |
|  | Помидор свежий | 30г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **15:00** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Зефир, Чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| Ужин | Сосиска в тесте | 130г |
|  |  | Чай с сахаром | 200г. |