|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Цикорий на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 220г |
|  | Котлета мясная  | 80г. |
|  | Макарон.изд. с маслом | 130г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Чай / конфета | 200/20г  |
|  |  |  |
| Ужин  | Молочный суп с рисом  | 120г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт  | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной | 220/10г |
|  | Гуляш мясной  | 80г. |
|  | Гречка отварная | 130г. |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Томат свежий | 30г |
|  | Морс из свежих ягод | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Зефир / чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булочка «Сахарная» | 200г. |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая  | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт  | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп гороховый с гренками | 220г |
|  | Пюре картофельное | 150г. |
|  | Тефтели мясные  | 80г |
|  | Соус томатный  | 40г |
|  | Напиток витаминный | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | вафли, чай п/сладкий | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин**  | Гречка рассыпчатая  | 130г. |
|  | Чай с молоком  | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200г |
|  | Батон с маслом/сыр | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 220г |
|  | Рис отварной с маслом | 130г. |
|  | Котлета рыбная  | 90г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Салат | 40г. |
|  | Компот фруктовый | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| Ужин | Ватрушка с повидлом | 120г. |
|  | Чай с сахаром | 200г |