|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200г |
|  | Печенье  | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 220/10г |
|  | Гороховое пюре | 130г. |
|  | Котлета мясная | 80г |
|  | Компот  | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Йогурт | 130г.. |
|  |   |  |
|  **Ужин** | Яйцо, бутерброд с сыром | 40/40г. |
|  | Цикорий на молоке  | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная  | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 220г |
|  | Гречка отварная | 130г. |
|  | Голень куриная | 130г. |
|  | Морс из свежих ягод  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Сухари/чай  | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Сырники со сгущенкой  | 120г |
|  | Чай п/сладкий |  200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной  | 220/10г |
|  | Булгур с маслом  | 130г. |
|  | Гуляш мясной |  80г |
|  | Напиток витаминный | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Зефир/ Чай | 20/200г |
|  |  |  |
| **Ужин** | Макароны с мясо  | 130г |
|  | Чай с сахаром | 200г |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша манная  | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 20г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Сок | 130Г |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Рис отварной  | 130г. |
|  | Котлета рыбная  |  80г |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Компот фруктовый  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Фрукт | 1 шт |
|  |  |  |
| **Ужин** | Манник с вареньем  | 130г.. |
|  | Чай с сахаром | 200г |
|  |  |  |