|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  ***Понедельник***  | ***Завтрак*** | Каша манная | 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 |
|  | Компот  | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Фрукт |  |
|  |  |  |
|  Ужин | Булка «Дорожная» |  120г |
|  | Чай с сахаром |  200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник***  | ***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. |
|  | Биточек мясной  | 90г. |
|  | Морс из свежих ягод  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Сухари/чай  | 20/200г. |
|  |  |  |
|  Ужин | Сырники со сгущенкой  | 120г |
|  | Чай п/сладкий |  200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной  | 220/10г |
|  | Булгур с маслом  | 130г. |
|  | Гуляш (курица) |  80г |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Напиток витаминный | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Конфета/Чай | 20/200г |
|  |  |  |
| **Ужин** | Макароны с мясо | 120г |
|  | Чай с сахаром | 200г |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая  | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Харчо» | 220г |
|  | Жаркое по-домашнему  | 180г. |
|  | Томат свежий | 30г |
|  | Кисель облепиховый | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Зефир /чай | 20/200г. |
|  |  |  |
|  Ужин | Манник с вареньем | 160г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Печенье | 20г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 220/10г |
|  | Рис отварной  | 130г. |
|  | Котлета рыбная  |  80г |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Компот фруктовый  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Вафли/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Яйцо, бутерброд с сыром | 40/4г. |
|  | Какао с молоком  | 200г |
|  |  |  |