|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 220г |
|  | Котлета мясная | 80г. |
|  | Макарон.изд. с маслом | 130г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | фрукт | 1 шт |
|  |  |  |
| Ужин | Булка «Сахарная» | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 220г |
|  | Гречка отварная с маслом | 130г. |
|  | Сосиска отварная | 70г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Морс со свежих ягод | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | вафли/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Запеканка твороженная со сгущенкой | 130г. |
|  |  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с повидлом | 35/20г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной | 220/10г. |
|  | Рыба запеченная | 90г. |
|  | Рис отварной с маслом | 130г. |
|  | Томатный соус | 40г |
|  | Салат овощной | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Компот фруктовый | 200г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Сухари/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| Ужин | Макаронные изд. с сыром | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Снежок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Ленивые голубцы | 160г |
|  | Соус сметанный | 40г |
|  | Кисель облепиховый | 200г. |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | фрукт |  |
|  |  |  |
|  | Корж молочный | 100г. |
|  | Чай с сахаром | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница 05.04.24*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 220/10г |
|  | Картофельное пюре | 150г. |
|  | Тефтели мясные | 80г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Сельдь соленная | 30г. |
|  | Компот из кураги | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Зефир/чай | 100г. |
|  | Чай | 200г. |
|  |  |  |
| Ужин | Гречка рассыпчатая | 130г.. |
|  |  | Чай с молоком | 200г. |