|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Яблоко |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Полевой» | 220г |
|  | Котлета мясная | 90г. |
|  | Макарон.изд. с маслом | 130г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Печенье /чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| Ужин | Запеканка творож. со сгущенкой | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200г |
|  | Батон с маслом/ сыром | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Крестьянский» | 220г |
|  | Гречка отварная с маслом | 130г. |
|  | Сосиска отварная | 70г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Томат свежий | 30г. |
|  | Морс со свежих ягод | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Салат «Витаминный» | 50г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булка «Дорожная» | 130г. |
|  |  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с повидлом | 35/15г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Свекольник со сметаной | 220/10г. |
|  | Котлета рыбная | 90г. |
|  | Рис отварной с маслом | 130г. |
|  | Томатный соус | 40г |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Компот фруктовый | 200г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Мармелад/ чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| Ужин | Макаронные изд. с мясом | 130г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Ленивые голубцы | 150г |
|  | Соус сметанный | 40г |
|  | Кисель облепиховый | 200г. |
|  | Салат | 30г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | фрукт |  |
|  |  |  |
|  | Ватрушка с повидлом | 110г. |
|  | Чай с сахаром | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с лимоном | 200г. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 220г |
|  | Картофельное пюре | 150г. |
|  | Бефстроганов из печени | 100г |
|  | Компот из кураги | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Барни/чай | 30/200г. |
|  |  |  |
| Ужин | Гречка рассыпчатая | 130г.. |
|  |  | Чай с молоком | 200г. |