|  |
| --- |
| ***Понедельник 30.09.24*** |
| ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Плов  | 200г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | конфета /Чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Уха | 130г. |
|  | Чай с сахаром  | 200г. |

|  |
| --- |
| **Вторник 01.10.2024** |
| ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г |
|  | Цикорий на молоке  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 220г |
|  | Биточек мясной  | 80г. |
|  | Каша гречневая с маслом | 130г |
|  | Соус томатный  | 40г |
|  | Напиток витаминный  | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | пряники/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
|  Ужин | Запеканка твороженная со сгущенкой  | 130г. |
|   | Чай с сахаром | 200г. |

|  |
| --- |
| **Среда 02.10.24** |
| ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35г |
|  | Чай с лимоном |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Полевой» | 220г |
|  | Капуста тушенная с мясом | 200г |
|  | Компот фруктовый | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  **Полдник ГПД** | Фрукт  | 1 шт. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Пицца детская  | 10г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |
| --- |
| **Четверг 03.10.24** |
| ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Снежок  | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп гороховый с гренками | 220г |
|  | Картофельная запеканка | 150г. |
|  | Соус томатный | 30г. |
|  | огурец свежий | 30г. |
|  | Морс из свежий ягод | 200г |
|  | Хлеб | 45г |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Вафли/чай | 100г. |
|  |  |  |
|  **Ужин** | Макароны с мясом | 110г |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |

|  |
| --- |
| **Пятница 04.10.24** |
| ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г. |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Йогурт  | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 220/10г |
|  | Макаронные изд. с маслом  | 130г. |
|  | Котлета мясная  | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Томат свежий  | 30г. |
|  | Компот из кураги  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
|  **Полдник ГПД** | мандарин  |  |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булка с повидлом | 130г |
|  | Чай с сахаром  | 200г |