|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник***  | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | банан | 1шт |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 220г |
|  | Гречка отварная с маслом | 130г. |
|  | Биточек мясной | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Напиток лимонный | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Печенье/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Сырники со сгущенкой  | 130г |
|  | Чай п/сладкий | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник***  | ***Завтрак*** | Каша ячневая  | 200г. |
|  | Батон маслом/сыром  | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 250г |
|  | Макаронные изделия | 150г. |
|  | Котлета мясная  | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Огурец свежий | 60г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | хлеб | 65г. |
|  |  |  |
|  | Булочка «Сахарная»  | 150г. |
| **Ужин** | Чай с сахаром  | 200г. |
|  |  | Салат «Витаминный» | 50г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда***  | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с повидлом | 35/20 |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 220г |
|  | Гуляш  | 80г. |
|  | Перловка с маслом | 130г. |
|  | Томат свежий | 30 г. |
|  | Хлеб | 45г.  |
|  | Компот  | 200г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Сухари/чай  | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Молочный суп  | 200г |
|  | Чай с конфетой |  200/30г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг***  | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Снежок  | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью  | 220г |
|  | Рис отарной с маслом  | 130г. |
|  | Кета запеченная  | 80г |
|  | Соус томатный  | 40 г. |
|  | Морс из свежих ягод | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Ужин** | Гречка рассыпчатая  | 130г |
|  |  | Чай с молоком | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Печенье  | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Солянка со сметаной  | 220/10г |
|  | Зразы из говядины с овощами  | 130г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Винегрет  | 30г  |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Зефир /чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Гренок | 130г. |
|  |  | Цикорий на молоке | 200г. |