|  |
| --- |
| ***Понедельник 28.10.24*** |
| ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | Сок  | 130г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Плов  | 200г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | печенье /Чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Запеканка твороженная со сгущенкой | 130г. |
|  | Чай с сахаром  | 200г. |

|  |
| --- |
| **Вторник 29.10.2024** |
| ***Завтрак*** | Каша «Дружба» | 200г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Снежок |  |
|  |  |  |
| **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 | Уха  | 130г. |
|   | Чай с лимоном | 200г. |

|  |
| --- |
| **Среда 30.10.24** |
| ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35г |
|  | Какао на молоке |  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  | 120г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |
| --- |
| **Четверг 31.10.24** |
| ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп гороховый с гренками | 220г |
|  | Картофельное пюре  | 150г. |
|  | Котлета рыбная | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | огурец свежий | 30г. |
|  | Морс из свежий ягод | 200г |
|  | Хлеб | 45г |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Вафли/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
|  **Ужин** | Рис с мясом | 140г |
|  | Чай п/сладкий | 200г. |

|  |
| --- |
| **Пятница 01.11.24** |
| ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 15г. |
|  | 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** | Гречка рассыпчатая | 90г. |
|  | Чай с молоком  | 200г |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Суббота 02.11.24** |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной  | 220/10г |
|  | Булгур с маслом  | 130г. |
|  | Мясо по-таежному  | 90г |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Винегрет  | 40г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | зефир/чай | 20/200г |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булка с повидлом  | 120г |
|  | Чай с сахаром | 200г |
|  |  |  |