|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник*** | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт/сок | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с клецками | 220г |
|  | Гречка отварная с маслом | 130г. |
|  | Котлета мясная | 70г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Вафли/ чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| Ужин | Булочка «Дорожная» | 120г |
|  | Чай п/сладкий | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***вторник*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | фрукт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 220г |
|  | Гороховое пюре | 130г. |
|  | Сосиска отварная | 80г |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Печенье/ чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| Ужин | Сырники со сгущенкой | 150г |
|  | Чай с сахаром | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт | 1 шт |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 220/10г |
|  | Булгур с маслом | 130г. |
|  | Голень | 110г |
|  | Соус томатный | 40г |
|  | Огурец свежий | 30г. |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | сухари/чай | 20/200г |
|  |  |  |
| **Ужин** | Молочный суп с вермишелью | 200г |
|  | Чай с конфетой | 200/30г |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг*** | ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Цикорий на молоке | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Сок | 130 |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с фасолью | 220г |
|  | Жаркое по-домашнему | 180г. |
|  | Сельдь соленая | 30г |
|  | Кисель облепиховый | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | фрукт | 1шт |
|  |  |  |
| Ужин | Манник с вареньем | 160г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 220/10г |
|  | Рис отварной | 130г. |
|  | Котлета рыбная | 80г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Напиток витаминный | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | зефир/Чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Макароны с сыром | 150г. |
|  | Чай с сахаром | 200г |
|  | Хлеб | 40г. |