|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Вторник*** | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Сок/фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый» | 200г |
|  | Гречка отварная с маслом | 110г. |
|  | Биточек мясной | 80г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Компот из сухофруктов | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Салат «Витаминный» | 50г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булочка «Сахарная» | 130г |
|  | Чай п/сладкий | 200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда*** | ***Завтрак*** | Каша рисовая | 200г. |
|  | Батон с маслом | 35/5г |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Щи со сметаной | 200/10г |
|  | Макаронные изделия | 110г. |
|  | Сосиска отварная | 70г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Огурец свежий | 60г. |
|  | Напиток лимонный | 200г. |
|  | хлеб | 65г. |
|  |  |  |
| **Полдник** | Печенье/чай | 50г. |
|  |  |  |
|  | Сырники со сгущенкой | 150г. |
| **Ужин** | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***четверг*** | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом/сыром | 35/5/9 |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 200/10г |
|  | Буззы | 70г. |
|  | Салат овощной | 40г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  | Компот | 200г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Сухари/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Молочный суп | 200г |
|  | Чай с конфетой | 200/30г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница*** | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром | 200г. |
|  |  |  |
| **10:00** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Солянка | 200г |
|  | Зразы из говядины с овощами | 130г |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Свекла тушенная | 30г |
|  | Компот | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Зефир /чай | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Ватрушка с повидлом | 130г. |
|  |  | Чай с сахаром | 200г. |