|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Понедельник***  | ***Завтрак*** | Каша манная | 200 г |
|  | Батон | 35г |
|  | Чай с лимоном  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | фрукт  | 130г |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с вермишелью | 200г |
|  | Гороховое пюре | 110г. |
|  | Котлета мясная | 90г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Зефир/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
|  Ужин | Сочни с творогом | 120г |
|  | Чай п/сладкий |  200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***вторник*** | ***Завтрак*** | Каша ячневая | 200г |
|  | Батон с маслом  | 35/5г |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10:00 часов** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Борщ со сметаной | 200/10г |
|  | Запеканка из печени  | 130г. |
|  | Соус томатный | 40г. |
|  | Морс | 200г. |
|  | хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Мармелад /чай | 20/200г. |
|  |  |  |
|  Ужин | Макароны с мясом  |  150г |
|  | Чай с сахаром |  200г |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Среда***  | ***Завтрак*** | Каша пшенная | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Фрукт  |  |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп «Кудрявый»  | 200г |
|  | Перловка отварная с маслом  | 130г. |
|  | Гуляш мясной | 110г |
|  | Витаминный напиток | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Сухари/чай  | 20/200г. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Манник с вареньем | 130г |
|  | Чай п/сладкий  | 200г |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Четверг***  | ***Завтрак*** | Каша геркулесовая | 200 г |
|  | Батон с маслом | 35/5г. |
|  | Чай с сахаром |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | йогурт | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Суп с фасолью | 200г |
|  | Жаркое по-домашнему  | 200г. |
|  | Огурец свежий  | 30г |
|  | Кисель  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | Конфета/чай | 20/200г. |
|  |  |  |
|  Ужин | Гречка рассыпчатая | 130г |
|  | Чай с молоком | 200г. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Пятница***  | ***Завтрак*** | Каша кукурузная | 200 г |
|  | Батон с повидлом | 35/15г |
|  | Чай с сахаром  |  200г. |
|  |  |  |
| **10 часов** | Снежок  | 100г. |
|  |  |  |
| **Обед** | Рассольник со сметаной | 200г |
|  | Рис отварной  | 110г. |
|  | Кета запеченная  |  80г |
|  | Соус томатный  | 40г. |
|  | Компот  | 200г. |
|  | Хлеб | 45г. |
|  |  |  |
| **Полдник ГПД** | фрукт  | 1шт. |
|  |  |  |
| **Ужин** | Булочка  | 150г. |
|  | Чай с сахаром | 200г |
|  |  |  |