

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ*

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Макароны отварные, 1\2 яйца	120 / 20 гр.
Чай	180 мл.
Хлеб с маслом, сыр	40 \ 7 \ 10 гр.
Второй завтрак	
Сок, печенье	150 мл. \ 20 гр.
Обед	
Суп гороховый с куриным мясом	230 мл.
Икра кабачковая	50 гр.
Гуляш из курицы (ясли)	50 гр.
Курица отварная под овощами (сад)	70 гр.
Картофельное пюре	120 гр.
Компот из сухофруктов	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Каша молочная- ячневая с маслом	200 \ 6 гр.
Кофейный напиток с молоком	180 мл.
Батон	30 гр.

ВТОРНИК

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Запеканка творожная со сгущённым молоком	150 \ 20 гр.
Кофейный напиток с молоком	180 мл.
Батон с маслом	30 \ 7 гр.
Второй завтрак	
Напиток из шиповника	150 мл.
Обед	
Салат из моркови с изюмом	60 гр.
Суп овощной со сметаной	230 мл \ 10 гр.
Ленивые голубцы	170 гр.
Компот из сухофруктов	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Суфле рыбное	110 гр.
Картофельное пюре	120 гр.
Чай с молоком	180 мл.
Батон	30 гр.

СРЕДА

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Каша пшенная молочная	200 гр.
Какао	180 мл.
Батон с маслом, сыр	30 \ 7\ 10 гр.
Второй завтрак	
Ряженка, печенье	150 мл. \ 20 гр.
Обед	
Салат из свеклы	60гр.
Суп крестьянский с крупой со сметаной	230 мл. \ 10 гр.
Картофельная запеканка с мясом	200 мл.
Компот из сухофруктов	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Пирог с капустой, яйцом	100 гр.
Яблоко	120 гр.
Чай с молоком	180 мл.

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Каша «Геркулес»	200 гр.
Кофейный напиток с молоком	180 мл.
Батон с маслом, сыр	40 \ 7\ 10 гр.
Второй завтрак	
Сок	150 мл.
Обед	
Суп картофельный с макаронными изделиями со сметаной	230 мл. \ 10 гр.
Котлета мясная	60 гр.
Отварной рис	80 гр.
Свекла тушеная	100 гр.
Кисель	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Тефтели рыбные	70 гр.
Картофельное пюре	120 гр.
Чай с молоком	180 мл.
Батон	30 гр.

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Пудинг творожный с повидлом	130 \ 20 гр.
Какао	180 мл.
Батон с маслом	40 \ 7 гр.
Второй завтрак	
Сок	150 мл.
Обед	
Салат из зеленого горошка	60 гр.
Борщ со сметаной	230 мл. \ 10 гр.
Колбасные изделия	70 гр.
Сложный гарнир (пюре морковное, отварная вермишель)	150 гр.
Компот из сухофруктов	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Булочка «Российская»	70 гр.
Яблоко свежее	120 гр.
Чай	180 мл.

*В меню возможны изменения

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ*

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Каша гречневая рассыпчатая	110 гр.
Чай	180 мл.
Хлеб с маслом, сыр	40 \ 7 \ 10 гр.
Второй завтрак	
Сок, печенье	150 мл. \ 20 гр.
Обед	
Салат из зеленого горошка	60 гр.
Суп куриный с клецками	230 мл.
Котлета куриная	70 гр.
Сложный гарнир (капуста тушёная, картофельное пюре)	150 гр.
Компот из сухофруктов	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Суп молочный вермишелевый	200 мл.
Булочка «Дорожная»	60 гр.
Кофейный напиток с молоком	180 мл.

ВТОРНИК

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Каша рисовая молочная	200 гр.
Какао	180мл.
Батон с маслом, сыр	40 \ 6 \ 7 гр.
Второй завтрак	
Напиток из шиповника	150мл.
Обед	
Рассольник со сметаной	230 мл. \ 10 гр.
Зразы мясные с яйцом	110 гр.
Тушеная свекла	110 гр.
Кисель	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Фрикадельки рыбные	60 гр.
Картофель отварной с овощами	120 гр.
Чай с молоком	180 мл.
Батон	30 гр.

СРЕДА

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Пудинг творожный с повидлом	130 \ 20 гр.
Кофейный напиток с молоком	180 мл.
Батон с маслом	40 \ 6 гр.
Второй завтрак	
Йогурт, печенье	150 мл. \ 20 гр.
Обед	
Салат из свеклы	55 гр.
Щи из свежей капусты со сметаной	230 мл. \ 10 гр.
Ёжики мясные, сметанном соусе	150 \ 10 гр.
Компот из сухофруктов	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Пирожок с морковью	110 гр.
Чай с молоком	180 мл.
Яблоко свежее	120 гр.

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Каша манна	200 гр.
Какао	180 мл.
Батон с маслом, сыр	40 \ 6 \ 7 гр.
Второй завтрак	
Сок	150 мл.
Обед	
Салат морковный с изюмом	60 гр.
Свекольник со сметаной	230 мл. \ 10 гр.
Азу	70 гр.
Картофельное пюре	150 гр.
Компот из сухофруктов	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Запеканка рыбная с рисом	110 гр.
Чай с молоком	180 мл.
Батон	40 гр.

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Вес
Завтрак	
Запеканка творожная со сгущённым молоком	130 \ 20 гр.
Кофейный напиток с молоком	180 мл.
Батон с маслом	40 \ 6 гр.
Второй завтрак	
Сок	150 мл.
Обед	
Икра кабачковая	50 гр.
Суп из зеленого горошка со сметаной	230 мл. \ 10 гр.
Суфле из печени со сметанным соусом	65 \ 10 гр.
Отварная вермишель	120 гр.
Компот из сухофруктов	180 мл.
Хлеб	50 гр.
Полдник	
Ватрушка с повидлом	80 гр.
Чай	180 мл.
Яблоко свежее	120 гр.

*В меню возможны изменения