|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1. **Понедельник** |  | 1. **Вторник** |  | 1. **Среда** |  | 1. **Четверг** |  | 1. **Пятница** |  |
| **Завтрак** | Каша пшенная жидкая молочная | 200/150 | Каша молочная гречневая вязкая | 200/150 | Каша геркулесовая жидкая молочная | 200/150 | Каша манная жидкая молочная | 200/150 | Каша «Дружба» жидкая молочная | 200/150 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 30/20  5/4 | Кофейный напиток | 200/150 | Чай | 200/150 | Кофейный напиток | 200/150 | Кофейный напиток | 200/150 |
| Какао с молоком | 200/150 | Хлеб пшеничный с маслом | 40/30  5/4 | Хлеб пшеничный с маслом | 40/30  5/4 | Хлеб пшеничный с маслом | 30/20  5/4 | Хлеб пшеничный с маслом | 40/30  5/4 |
| **Второй завтрак** | Сок | 200/200 | Фрукты | 100/100 | Сок | 200/200 | Фрукты | 100/100 | Фрукты | 100/100 |
| **Обед** | Суп вермишелевый с мясом отварным | 230/180 | Щи с отварным мясом | 230/180 | Суп гороховый с отварным мясом | 230/180 | Суп картофельный с отварным мясом | 230/180 | Борщ с отварным мясом | 230/180 |
| Капуста тушеная,  котлета мясная | 200/140  60/60 | «Ежики» мясные, соус красный основной | 100/100  100/100 | Пюре картофельное, рыбная котлета (паровая) | 150/100  70/70 | Плов,  икра из свеклы | 200/150  50/50 | Жаркое по-домашнему | 200/150 |
| Компот из смеси сухофруктов,  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 | Компот из смеси сухофруктов,  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 | Компот из смеси сухофруктов,  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 | Компот из смеси сухофруктов,  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 | Компот из свежих плодов, хлеб ржаной | 200/150  50/40 |
| **Полдник** | Кисель, хлеб пшеничный | 200/150  25/20 | Снежок,  Хлеб пшеничный | 200/150, 40/30 | Сдоба обыкновенная, чай | 130/120  200/150 | Напиток из сока,  Хлеб пшеничный | 200/150  25/20 | Молоко кипяченое, пряник | 200/150  30/60 |
| **Ужин** | Омлет натуральный | 170/130 | Ленивые вареники из творога, молочный соус | 200/180  55/45 | Суп молочный рисовый | 200/150 | Овощное рагу | 220/180 | Макароны отварные, сыр порционно | 170/130  20/13 |
| Сыр порционно | 20/13 | Чай | 200/150 | Какао с молоком | 200/150 | Чай | 200/150 | Чай | 200/150 |
| Чай, хлеб пшеничный | 200/150  25/20 | Хлеб пшеничный | 40/30 | Хлеб пшеничный | 25/20 | Хлеб пшеничный | 40/30 |

Десятидневное меню

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1. **Понедельник** |  | 1. **Вторник** |  | 1. **Среда** |  | 1. **Четверг** |  | **10. Пятница** |  |
| **Завтрак** | Каша геркулесовая молочная | 200/150 | Каша молочная пшеничная жидкая | 200/150 | Творожная запеканка | 200/180 | Каша пшеничная жидкая молочная | 200/150 | Каша рисовая жидкая молочная | 200/150 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 30/20  5/4 | Кофейный напиток | 200/150 | Молочный соус сладкий | 55/45 | Кофейный напиток | 200/150 | Кофейный напиток | 200/150 |
| Кофейный напиток | 200/150 | Хлеб пшеничный с маслом | 30/20  5/4 | Какао с молоком | 200/150 | Хлеб пшеничный с маслом | 40/30  5/4 | Хлеб пшеничный с маслом | 40/30  5/4 |
| **Второй завтрак** | Сок | 200/200 | Фрукты | 100/100 | Фрукты | 100/100 | Сок | 200/200 | Фрукты | 100/100 |
| **Обед** | Щи с мясом отварным | 230/180 | Суп вермишелевый с мясом | 230/180 | Суп картофельный с рыбой тварной | 230/180 | Борщ с отварным мясом | 230/180 | Суп картофельный с зеленым горошком с курой отварной | 230/180 |
| Греча рассыпчатая, гуляш | 150/100  50/50 | Овощное рагу с мясом отварным | 200/150 | Рис отварной, рыба тушеная с овощами в томате | 120/90  100/100 | Пюре картофельное, оладьи из печени с морковью, соус сметанный с томатами и луком | 150/120  100/80  50/50 | Капуста тушеная с курицей | 150/120  80/60 |
| Компот из смеси сухофруктов,  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 | Компот из смеси сухофруктов,  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 | Компот из смеси сухофруктов,  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 | Компот из смеси сухофруктов,  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 | Компот из смеси сухофруктов  Хлеб ржаной | 200/150  50/40 |
| **Полдник** | Кисель  хлеб пшеничный | 200/150  25/20 | Снежок,  Хлеб пшеничный | 200/150  25/20 | Напиток из сока,  Хлеб пшеничный | 200/150  40/30 | Выпечка с начинкой, чай | 130/120  200/150 | Молоко, печенье | 200/150  25/50 |
| **Ужин** | Пюре «Розовое» картофельно-морковное  Икра из свеклы | 200/150  50/50 | Омлет натуральный  Сыр порционно | 170/130  20/13 | Овощное рагу | 200/160 | Каша гречневая рассыпчатая в молоке | 200/150 | Макаронные изделия отварные с овощами | 200/150 |
| Чай, хлеб пшеничный | 200/150  25/20 | Чай, хлеб пшеничный | 200/150  25/20 | Чай, хлеб пшеничный | 200/150  40/30 | Чай, хлеб пшеничный | 200/150  40/30 | Чай, хлеб пшеничный | 200/150  40/30 |