3 НЕДЕЛЯ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** | **ВТОРНИК**  | **СРЕДА**  | **ЧЕТВЕРГ**  | **ПЯТНИЦА**  |
| **Завтрак – 1**1. Каша ячневая пшенная на сгущенном молоке с маслом
2. Чай с сахаром
3. Батон с маслом
 | **Завтрак – 1**1. Каша геркулесовая на молоке с маслом
2. Какао с молоком
3. Батон с маслом , с сыром
 | **Завтрак – 1**1. Каша рисовая на молоке с маслом
2. Кофейный напиток с молоком
3. Батон с маслом, с сыром
 | **Завтрак – 1**1. Каша пшеничная на молоке с маслом
2. Чай с молоком
3. Батон с маслом
 | **Завтрак – 1**1. Каша манная на молоке с маслом
2. Кофейный напиток с молоком
3. Батон с маслом
 |
| **Завтрак – 2**1. Сок
 | **Завтрак – 2**1. **фрукты**
 | **Завтрак – 2**1. **фрукты**
 | **Завтрак – 2**1. **фрукты**
 | **Завтрак – 2**1. сок
 |
| **Обед:**1. **салат из зелёного горошка с р/маслом**
2. Суп вермишелевый с мясом куры
3. *Гречка отварная*

 *с маслом*1. *Котлета куриная*
2. *Соус овощной*
3. Компот из с/ф
4. Хлеб ржаной
 | **Обед:**1. **Салат из свеклы**
2. Щи из квашенной капусты с мясом куры, со сметаной
3. *Макароны отварные с маслом*
4. *Сосиска отварная*
5. *Соус овощной*
6. Компот из с/ф
7. Хлеб ржаной
 | **Обед:**1. **соленый порционный огурчи**к
2. Бульон куриный с гренками
3. Капуста тушеная с маслом *(Картофельное пюре с маслом)*
4. Шницель мясной с маслом
5. Компот из с/ф *(кисель фруктовый)*
6. Хлеб ржаной
 | **Обед:**1. ***Салат из квашенной капусты с р. маслом***
2. Рассольник с курицей, со сметаной
3. Плов с мясом куры

 *( Тефтеля куриная с рисом, соус молочный)*1. Компот из с/ф
2. Хлеб ржаной
 | **Обед:**1. Борщ со свеклой на мясном б-не, со сметаной
2. *Ленивые голубцы с мясом со сметаной*
3. Компот из с/ф
4. Хлеб ржаной
 |
| **Ужин – 1:**1. Сырники творожные

*(Запеканка творожная)*1. Соус фруктовый
2. Чай с сахаром
3. Батон
 | **Ужин – 1:**1. Салат овощной *(Винегрет),*
2. Яйцо ½
3. Чай с лимоном
4. Батон
 | **Ужин – 1:**1. Пудинг творожный с морковкой *(Сырники творожные)*
2. Соус фруктовый
3. Чай с сахаром
4. Батон
 | **Ужин – 1:**1. Картофельное пюре с маслом
2. Сосиска отварная
3. Чай с лимоном
4. Батон
 | **Ужин – 1:**1. Макароны отварные с маслом
2. Котлета рыбная с маслом
3. Чай с сахаром
4. Батон
 |
| **Ужин – 2:**1. **Молоко**
2. Батон
 | **Ужин – 2:**1. **Йогурт фруктовый**
2. Печенье
 | **Ужин – 2:**1. **Чай с молоком**
2. Батон
 | **Ужин – 2:**1. **Молоко**
2. Булочка молочная
 | **Ужин – 2:**1. **Ацидофильный напиток**
2. Батон
 |

4 НЕДЕЛЯ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК**  | **ВТОРНИК**  | **СРЕДА**  | **ЧЕТВЕРГ**  | **ПЯТНИЦА**  |
| **Завтрак – 1**1. Каша пшенная на сгущенном молоке с маслом
2. Чай с сахаром
3. Батон с маслом
 | **Завтрак – 1**1. Каша геркулесовая на молоке с маслом
2. Кофейный напиток с молоком
3. Батон с маслом
 | **Завтрак – 1**1. Каша манная на молоке с маслом
2. Какао на молоке
3. Батон с маслом
 | **Завтрак – 1**1. Суп молочный гречневый

 с маслом1. Чай с молоком
2. Батон с маслом
 | **Завтрак – 1**1. Каша пшеничная на молоке с маслом
2. Кофейный напиток на молоке
3. Батон с маслом
 |
| **Завтрак – 2**1. **Сок**
 | **Завтрак – 2**1. **фрукты**
 | **Завтрак – 2**1. **фрукты**
 | **Завтрак – 2**1. **фрукты**
 | **Завтрак – 2**1. **сок**
 |
| **Обед:**1. **Салат из кукурузы консервированной с р/маслом**
2. Суп рисовый с мясом куры
3. Макароны отварные с маслом
4. Котлета куриная в овощном соусе.
5. Компот из с/ф
6. Хлеб ржаной
 | **Обед:** 1. **Салат из свеклы**
2. Щи из свежей капусты, с мясом куры , со сметаной
3. Гречка отварная с маслом
4. Биток мясной
5. Соус овощной
6. Компот из с/ф
7. Хлеб ржаной
 | **Обед:** 1. **Соленый порционный огурчик**
2. Суп рыбный со сметаной
3. Картошка по -домашнему с курицей
4. Компот из с/ф
5. Хлеб ржаной
 | **Обед:**1. **Салат из**

**квашенной капусты с р/маслом** 1. Борщ со свеклой с мясом куры, со сметаной
2. Картофельное пюре с маслом
3. Кура отварная порционная
4. Компот из с/ф
5. Хлеб ржаной
 | **Обед:**1. **соленый порцион.**

**огурчик**1. Суп гороховый с курицей *( суп фасолевый куриный)*
2. Перловка отварная с маслом *(рис отварной)*
3. Котлета мясная с маслом
4. Соус овощной
5. Компот из с/ф
6. Хлеб ржаной
 |
| **Ужин – 1:**1. **Вареники ленивые с маслом, с сахаром**

*(Пудинг творожный с фруктовым соусом)*1. Чай с сахаром
2. Батон
 | **Ужин – 1:**1. **Гороховое пюре с маслом**
2. **Сосиска отварная**
3. Чай с лимоном
4. Батон
 | **Ужин – 1:** 1. **Рис отварной с овощами, с маслом**
2. **Яйцо ½** *(Омлет натуральный с маслом с ½ яйца с салатом из зел.г)*
3. Чай с сахаром
4. Батон
 | **Ужин – 1:**1. **Макароны отварные с маслом, с сыром**
2. Чай с лимоном
3. Батон

  | **Ужин – 1:**1. **Запеканка творожная с морковкой**
2. **Соус фруктовый**
3. Чай с сахаром
4. Батон
 |
| **Ужин – 2:**1. **Молоко**
2. Батон
 | **Ужин – 2:** 1. **Ряженка**
2. Вафля
 | **Ужин – 2:**1. **Чай с молоком**
2. Батон
 | **Ужин – 2:**1. **Молоко *(Кисель фруктовый)***
2. Батон с повидлом
 | **Ужин – 2:**1. **Кефир**
2. Батон
 |