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 маслом   1. 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 |