|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **День 1** |  |  |  |  |
| Отварные макароны с маслом и сыром (макароны,масло,сыр)-110гр |  |  |  |  |
| Булка с маслом (булка,масло)-35гр |  |  |  |  |
| Кисель из сока(Сок,крахмал)-200гр |  |  |  |  |
| Сок-200гр |  |  |  |  |
| Печенье-22гр |  |  |  |  |
| Суп рисовый со сметаной, мясом (мясо,рис,сметана)-200гр |  |  |  |  |
| Рыба под овощами(рыба,лук,морковь)-90гр |  |  |  |  |
| Картофельное пюре-150гр |  |  |  |  |
| Салат витаминный(капуста,морковь)-60гр |  |  |  |  |
| Хлеб-50гр |  |  |  |  |
| Компот из с\ф-200гр |  |  |  |  |
| Яичный омлет(яйцо,молоко)-80гр |  |  |  |  |
| Булка с маслом и сыром (булка,масло,сыр)-40гр |  |  |  |  |
| Какао(молоко,какао)-200гр |  |  |  |  |
| **День 2** |
| Молочная манная каша с маслом(молоко,манка,масло)-200гр |
| Булка с маслом и сыром (булка,масло,сыр)-40гр |
| Какао-200гр |
| Яблоко-100гр |
|  |
| Суп с клецками,мясом и гренками (мясо,яйцо,мука,батон)-200гр |
| Тава-кебаб(мясо,яйцо,молоко)-110гр |
| Салат свеколка(бурак)-60гр |
|  |
| Хлеб-50гр |
| Компот из с\ф-200гр |
| Молочный рисовый суп(рис,молоко)-200гр |
| Булка с маслом (булка,масло,)-35гр |
| Чай-200гр |
| **День 3** |
| Молочная рисовая каша (молоко,рис,масло)-200гр |
| Булка с маслом (булка,масло,)-35гр |
| Кисель из сока(сок,крахмал)-200гр |
| Йогурт-100гр |
|  |
| Суп с макаронами, и сметаной (мясо,макароны,сметана)-200гр |
| Ежики мясные (мясо,рис,)-80гр |
| Гречневый гарнир-80гр |
| Салат из свежей капусты(капуста,морковь)-50гр |
| Хлеб-50гр |
| Компот из свежих яблок-200гр |
| Пирожок с яблоками (мука,дрожжи,яблоко)-120гр |
| Кофейный напиток(молоко,кофейный напиток,)-200гр |
| **День 4** |
| Молочная пшенная каша(молоко,пшено,масло)-150гр |
| Булка с маслом и сыром (булка,масло,сыр)-40гр |
| Кофейный напиток(молоко,кофейный напиток)-200гр |
| Яблоко-100гр |
| Суп щи со сметаной,мясом(мясо,капуста,сметана)-200гр |
| Котлеты из кур запеченные(мысо кур,яйцо,лук)-60гр |
| Перловый гарнир(перловка,масло)-80гр |
| Салат свеколка(бурак)-60гр |
| Хлеб-50гр |
| Напиток из сока (сок,вода)-200гр |
| Творожная запеканка с изюмом(творог,манка,яйцо,изюм)-90гр |
| Булка с маслом (булка,масло,)-35гр |
| Чай-200гр |
| **День 5** |
| Молочная геркулесовая каша(молоко,геркулес,масло)-180гр |
| Булка с маслом (булка,масло,)-35гр |
| Кофейный напиток(молоко,кофейный напиток)-200гр |
| Йогурт-100гр |
| Суп уха со сметаной(рыба,пшено,сметана)-200гр |
| Жаркое по домашнему(мясо,картофель,сыр)-160гр |
| Салат витаминный(капуста,морковь)-60гр |
| Хлеб-50гр |
| Компот из свежих яблок-200гр |
| Булочка с изюмом(молоко,мука,дрожжи,изюм)-120гр |
| Молоко-100гр |
| **День 6** |
| Молочная манная каша с маслом(молоко,манка,масло)-200гр |
| Булка с маслом и сыром (булка,масло,сыр)-40гр |
| Кисель из сока(Сок,крахмал)-200гр |
| Сок-200гр |
| Печенье-22гр |
| Суп перловый со сметаной, мясом (мясо,перловка,сметана)-200гр |
| Котлета рубленная из мяса, запеченные(мысо,яйцо,лук)-80гр |
| Картофельное пюре-150гр |
| Салат из свежей капусты(капуста,морковь)-50гр |
| Хлеб-50гр |
| Компот из с\ф-200гр |
| Отварные макароны с маслом и сыром (макароны,масло,сыр)-110гр |
| Булка с маслом (булка,масло)-35гр |
| Кофейный напиток(молоко,кофейный напиток)-200гр |
| **День 7** |
| Молочная рисовая каша (молоко,рис,масло)-200гр |
| Булка с маслом (булка,масло,)-35гр |
| Чай-200гр |
| яблоко-100гр |
| Суп гороховый с гренками (мясо,горох,батон)-200гр |
| Курица рубленная со сметаной(мясо кур,сметана,яйцо)-80гр |
| Гречневый гарнир-80гр |
| Салат витаминный(капуста,морковь)-60гр |
| Хлеб-50гр |
| Напиток из сока (сок,вода)-200гр |
| Шарлотка с яблоками(яйцо,мука,яблоки)-110гр |
| Какао(молоко,какао)-200гр |
| **День 8** |
| Яичный омлет(яйцо,молоко)-80гр |
| Булка с маслом и сыром (булка,масло,сыр)-40гр |
| Кофейный напиток(молоко,кофейный напиток)-200гр |
| Йогурт-100гр |
| Суп пшенный со сметаной, (мясо,пшено,сметана)-200гр |
| Ленивые голубцы(мясо,капуста,рис)-130гр |
| Салат свеколка(бурак)-60гр |
| Хлеб-50гр |
| Компот из свежих яблок-200гр |
| Сдобная булочка(мука,яйцо,дрожжи)-120гр |
| Молоко-150гр |
| **День 9** |
| Творожная запеканка (творог,манка,яйцо,)-90гр |
| Булка с маслом (булка,масло,)-35гр |
| Какао(молоко,какао)-200гр |
| Яблоко-100гр |
| Овощной суп со сметаной, (мясо,капуста,сметана)-200гр |
| Рыба тушеная с овощами(рыба,лук,морковь)-90гр |
| Салат из свежей капусты(капуста,морковь)-50гр |
| Хлеб-50гр |
| Компот из с\ф-200гр |
| Молочная пшенная каша(молоко,пшено,масло)-150гр |
| Булка с маслом и сыром (булка,масло,сыр)-40гр |
| Чай-200гр |
| **День 10** |
| Молочная гречневая каша(молоко,гречка,масло)-150гр |
| Булка с маслом и сыром (булка,масло,сыр)-40гр |
| Кофейный напиток(молоко,кофейный напиток)-200гр |
| Йогурт-100гр |
| Суп лапша (мясо,яйцо,мука)-200гр |
| Тефтели с рисом (мясо,рис,лук)-80гр |
| Картофельное пюре-150гр |
| Салат витаминный(капуста,морковь)-60гр |
| Хлеб-50гр |
| Компот из свежих яблок-200гр |
| Королевская ватружка(творог,яйцо,дрожжи,мука)-110гр |
| Кофейный напиток(молоко,кофейный напиток)-200гр |