

## **1-ая неделя**

### **Понедельник**

#### **ЗАВТРАК:**

Бутерброд с повидлом 60/80  
Каша молочная рисовая 200/210  
Чай с сахаром 200/200

#### **ОБЕД:**

Помидор порционный 60/100  
Суп с макаронными изделиями 250/250  
Греча отварная 150/180  
Биточек куриные 100/100  
Компот из сухофруктов 200/200  
Хлеб ржаной 50/50

### **Вторник**

#### **ЗАВТРАК:**

Бутерброд с сыром 60/80  
Творожная запеканка со сметаной 170/220  
Чай сладкий с лимоном 200/200  
Груша (можно ½) 100/100

#### **ОБЕД:**

Салат из капусты 60/100  
Суп рыбный 250/250  
Картофель тушёный с мясом 210/230  
Сок фруктовый 200/200  
Хлеб ржаной 50/50

### **Среда:**

#### **ЗАВТРАК:**

Зелёный горошек 40/40  
Рис отварной 150/180  
Печень по-строгановски 100/100  
Булочка домашняя 100/100  
Чай сладкий 200/200

#### **ОБЕД:**

Салат из овощей 60/100  
Борщ с мясом 250/250  
Картофельное пюре 150/180  
Котлета мясная 100/100  
Компот из сухофруктов 200/200  
Хлеб ржаной 50/50

### **Четверг:**

#### **ЗАВТРАК:**

Бутерброд с колбасой 60/80  
Морковь тертая 40/60  
Омлет натуральный 150/210  
Чай с лимоном 200/200

#### **ОБЕД:**

Огурец свежий порционный 60/80  
Сырный суп 250/250  
Макаронные изделия 150/180  
Тефтелька куриная 100/100  
Сок фруктовый 200/200  
Хлеб ржаной 50/50

### **Пятница:**

#### **ЗАВТРАК:**

Бутерброд с джемом 60/80  
Каша молочная пшённая 200/210  
Чай сладкий 200/200  
Яблоко (можно ½) 100/100

#### **ОБЕД:**

Помидора порционная 60/80  
Суп гороховый 250/250  
Картофельное пюре 150/180  
Рыба жаренная 100/100  
Кисель фруктовый 200/200  
Хлеб ржаной 50/50

## 2-ая неделя

### Понедельник

#### ЗАВТРАК:

Бутерброд со сливочным маслом 60/80  
Икра кабачковая 40/60  
Макаронны с сыром 200/210  
Чай сладкий с лимоном 200/200

#### ОБЕД:

Салат из капусты 60/100  
Рассольник 250/250  
Греча отварная 150/180  
Гуляш мясной 100/100  
Компот из сухофруктов 200/200  
Хлеб ржаной 50/50

### Вторник

#### ЗАВТРАК:

Бутерброд с сыром 60/80  
Каша молочная ячневая 200/210  
Чай сладкий 200/200  
Банан (можно ½) 100/100

#### ОБЕД:

Порционная помидора 60/100  
Щи из свежей капусты 250/250  
Картофель тушеный 150/180  
Кнели рыбные 100/100  
Сок фруктовый 200/200  
Хлеб ржаной 50/50

### Среда:

#### ЗАВТРАК:

Бутерброд с колбасой 60/80  
Сырники творожные 170/220  
Чай сладкий с лимоном 200/200

#### ОБЕД:

Огурец порционный 60/80  
Борщ со сметаной 250/250  
Рагу из овощей 150/180  
Котлеты куриные 100/100  
Кисель фруктовый 200/200  
Хлеб ржаной 50/50

### Четверг:

#### ЗАВТРАК:

Бутерброд с джемом 60/80  
Фрикадельки из птицы 100/100  
Греча отварная 150/180  
Чай сладкий 200/200  
Яблоко (можно ½) 100/100

#### ОБЕД:

Салат из капусты 60/80  
Суп картофельный 250/250  
Жаркое по-домашнему 210/230  
Сок фруктовый 100/100  
Хлеб ржаной 50/50

### Пятница:

#### ЗАВТРАК:

Бутерброд со сливочным маслом 60/80  
Яйцо отварное 1/1  
Каша дружба 200/210  
Чай сладкий 200/200

#### ОБЕД:

Салат из свеклы 60/80  
Бульон куриный с лапшой 250/250  
Рис отварной 150/180  
Рыба жареная с луком 100/100  
Компот из кураги 200/200  
Хлеб ржаной 50/50