

**ЗАВТРАК**

1	2	3	4	5
Каша молочная «Дружба»	Яйцо отварное с зеленым горошком	Суп молочный с вермишелью	Каша овсяная "Геркулес"	Каша гречневая молочная
Сыр полутверд, Масло сливочное, хлеб пшеничный	Сыр полутвердый, Масло сливочное, хлеб пшеничный	Сыр полутвердый, Масло сливочное, хлеб пшеничный	Сыр полутвердый, Масло сливочное, хлеб пшеничный	Сыр полутвердый, Масло сливочное, хлеб пшеничный
Какао с молоком	Чай с сахаром	Чай с молоком	Отвар шиповника	Чай с лимоном

2 – ой Завтрак

Киви(слива), сок фруктовый (абрикосовый)	Банан, напиток из плодов шиповника	Абрикос (персик), сок яблочный	Груша, напиток из плодов шиповника	Яблоко, сок фруктовый (персиковый)
--	------------------------------------	--------------------------------	------------------------------------	------------------------------------

ОБЕД

Свежие огурцы	Салат витаминный с растител. маслом	Салат из отварной свеклы	Летний салат	Свежие помидоры
Борщ с мясом со сметаной	Суп картофельный с вермишелью	Суп рыбный (горбуша)	Суп – пюре овощной с гречками	Щи из свежей капусты со сметаной
Тефтели с подливкой	Куриное суфле	Гуляш из отварного мяса молочно-смет. соусе	Язык говяжий отварной	Тефтели рыбные
Макаронные изделия отварные	Рис отварной с овощами	Каша гречневая рассыпчатая	Макаронные изделия отварные	Сложный гарнир: (картофель, капуста тушеная)
Компот из сухофруктов	Кисель из клюквы	Компот из свежих фруктов	Кисель из замороженных ягод	Компот из смеси сухофруктов
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной

ПОЛДНИК

Оладьи с повидлом	Печенье, вафли	Выпечка собственного производства	Сырники /творожные кексы	Пряники, вафли, сушки
	Творожок детский «Агуша»	Кисло молочный напиток	Соус молочный сладкий	Молоко стерилизованное
Чай с лимоном	Компот из свежих фруктов	Чай с сахаром и лимоном	Фито чай	

УЖИН

Помидор свежий	Огурец свежий	Огурец консервированный	Огурец свежий	Помидор свежий
Каша гречневая рассыпчатая	Мясо отварное тушёное по домашнему	Макаронные изделия отварные с маслом	Рагу из овощей соусом томатным	Плов с курицей
Филе грудки куриное		Курица отварная порционная	Колбаски детские (Сосиски) отварные	
Отвар шиповника	Компот из сухофруктов	Отвар шиповника	Чай с лимоном	Компот из свежих ягод
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной



Завтрак				
6	7	8	9	10
Каша рисовая молочная	Омлет натуральный	Каша манная молочная с маслом	Макаронны с сыром	Каша пшеничная молочная
Сыр полутвердый, Масло сливочное, хлеб пшеничный	Масло сливочное, Сыр полутвердый, хлеб пшеничный	Сыр полутвердый, Масло сливочное, хлеб пшеничный	Масло сливочное, хлеб пшеничный	Масло сливочное, хлеб пшеничный
Чай с сахаром и лимоном	Фито чай	Чай с молоком	Какао с молоком	Чай с сахаром и лимоном

2 – ой Завтрак				
Киви (слива), сок фруктовый (абрикосовый)	Банан, отвар шиповника	Абрикос(персик), сок яблочный	Груша, отвар шиповника	Яблоко, сок фруктовый (персиковый)

Обед				
Свежие помидоры	Винегрет овощной с растительным маслом	Свежие огурцы	Салат из капусты и моркови с растит. маслом	Консервированныйогурец
Щи со сметаной на мясном бульоне	Суп гороховый с гречками	Суп рыбный (горбуша)	Куриный бульон с яйцом и гречками	Свекольник на мясном бульоне со сметаной
Котлета куриная рубленая с соусом	Гуляш из отварной говядины в молочно – смет. соусе	Голубцы ленивые с отварным мясом	Куриное суфле	Котлета рыбная / суфле рыбное
Каша гречневая рассыпчатая	Картофель отварной	Макаронные изделия отварные	Рис отварной с овощами	Картофельное пюре
Компот из свежесзамороженных ягод	Кисель из ягод	Компот из свежих фруктов	Компот из ягод	Компот из сухофруктов
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной

Полдник				
Блинчики	Вафли, печенье	Выпечка собственного производства	Творожная запеканка / ленивые вареники	Печенье, пряники, сушки
Какао с молоком	Кисло молочный продукт	отвар шиповника	Фито чай	Кисло молочный продукт
	Чай с лимоном			Чай

Ужин				
Свежие помидоры	Свежий огурец	Огурец соленый	Свежие помидоры	Зеленый горошек
Макаронные изделия отварные с маслом	Плов с курицей	Каша гречневая рассыпчатая	Рис отварной с маслом	Омлет натуральный,
Гуляш из отварного мяса в молочном сметанном соусе		Курица отварная	Язык говяжий отварной	
Фито чай	Отвар шиповника	Чай с сахаром и лимоном	Чай черный с сахаром	Компот из сухофруктов
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной