**10-ти дневное меню**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | | **Четверг** | | **Пятница** |
| ***Завтрак:*** | ***Завтрак:*** | ***Завтрак:*** | | ***Завтрак:*** | | ***Завтрак:*** |
| Каша молочная овсяная (Геркулес)  Бутерброд с сыром | Суп молочный с макаронными из-ми  Бутерброд с маслом | Каша пшеничная  Бутерброд с повидлом | | Омлет натуральный  Горошек зеленый  Бутерброд с сыром | | Каша рисовая  Бутерброд с маслом |
| Чай с сахаром | Кофейный напиток | Чай с молоком | | Какао с молоком | | Чай с сахаром |
| ***Завтрак:2*** | ***Завтрак:2*** | ***Завтрак:2*** | | ***Завтрак:2*** | | ***Завтрак:2*** |
| Сок фруктовый | Фрукт | Сок фруктовый | | Фрукт | | Напиток с витаминами «Витошка» |
| ***Обед:*** | ***Обед:*** | ***Обед:*** | | ***Обед:*** | | ***Обед:*** |
| Салат из горошка зеленого консерв. | Нарезка из отварной моркови | Салат из кукурузы консервированной | | Салат из свеклы отварной | | Салат из белокочанной капусты |
| Борщ со сметаной | Суп картофельный с мясными фрикад-ми | Щи с курой со сметаной | | Суп Рыбный | | Суп картофельный протертый(с гренками) |
| Рыба запеченная в молочном соусе | Запеканка картофельная с печенью | Котлеты рубленные из птицы | | Гуляш из отварного мяса | | Тефтели мясные  Соус сметанный |
| Рис отварной с овощами | Соус сметанный | Пюре картофельное | | Гречка отварная | | Макароны отварные |
| Компот из свежих яблок | Компот из кураги | Компот из свежих ягод | | Напиток из шиповник | | Компот из сухофруктов |
| Хлеб витаминизированный | Хлеб витаминизированный | Хлеб витаминизированный | | Хлеб витаминизированный | | Хлеб витаминизированный |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | | Хлеб ржаной | | Хлеб ржаной |
| ***Полдник:*** | ***Полдник:*** | ***Полдник:*** | | ***Полдник:*** | | ***Полдник:*** |
| Булочка домашняя | Сырники из творога Молоко сгущенное | Пирожки печеные с яблоками | | Кондитерское изделие | | Запеканка из творога с морковью |
| Чай с молоком | Чай с лимоном | Кисломолочный нап-к | | Молоко кипяченое | | Чай с молоком |
| ***Завтрак:*** | ***Завтрак:*** | ***Завтрак:*** | ***Завтрак:*** | | ***Завтрак:*** | |
| Каша из смеси круп  Бутерброд с маслом | Каша пшенная  Бутерброд с сыром | Суп молочный с крупой «Геркулес»  Бутерброд с повидлом | З-ка из творога Молоко сгущенное  Бутерброд с маслом | | Каша манная  Бутерброд с сыром | |
| Чай с лимоном | Какао с молоком | Чай с молоком | Кофейный напиток | | Чай с лимоном | |
| **Завтрак:2** | **Завтрак:2** | **Завтрак:2** | **Завтрак:2** | | **Завтрак:2** | |
| Фрукт | Сок фруктовый | Фрукт | Напиток с витаминами «Витошка» | | Фрукт | |
| ***Обед:*** | ***Обед:*** | ***Обед:*** | ***Обед:*** | | ***Обед:*** | |
| Винегрет овощной | Нарезка из отварной моркови | Салат из свеклы | Салат из белокочанной капусты | | Салат из кукурузы консервированной | |
| Суп картофельный с бобовыми | Суп картофельный с макаронными изделиями | Борщ с курицей со сметаной | Рассольник Ленинградский со сметаной | | Щи из свежей капусты со сметаной | |
| Шницель рыбный натуральный | Тефтели мясные | Птица тушеная с овощами | Рыба запеченная с морковью | | Тефтели из печени с рисом | |
| Рис отварной с овощами | Капуста тушеная | ------------------------------ | Макароны отварные | | Пюре картофельное | |
| Кисель из свежих ягод | Компот из свежих яблок | Напиток из шиповника | Компот из сухофруктов | | Компот из свежих яблок | |
| Хлеб витаминизированный | Хлеб витаминизированный | Хлеб витаминизированный | Хлеб витаминизированны | | Хлеб витаминизированный | |
| Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | Хлеб ржаной | | Хлеб ржаной | |
| ***Полдник:*** | ***Полдник:*** | ***Полдник:*** | ***Полдник:*** | | ***Полдник:*** | |
| Кекс творожный | Пирожки с повидлом | Крендель сахарный | Кондитерское изделие | | Булочка дорожная | |
| Чай с молоком | Чай с сахаром | Кисломолочный напиток | Молоко кипяченое | | Чай с молоком | |