



Десятидневное меню лето-осень

1-я неделя

Завтрак	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
	1. Каша «Дружба» 2. Яйцо отварное 1/2 3. Чай с сахаром 4. Хлеб пшен. со сл/м	1.Творожная запеканка 2 Сметана 3 Кофе с молоком 4. Хлеб пшен. со сл/м	1. Каша манная 2. Кофе с молоком 3. Хлеб пшен. со сл/м	1. Омлет 2 Кукуруза /Колбаса отварная 3. Какао с молоком 4 Хлеб пшен. со сл/маслом	1.Каша геркулесовая 2.Кофе с молоком/ Кофе сладкий 3. Хлеб пшен со сл.маслом / Хлеб пшен с сыром
Второй завтрак	Сок фруктовый / Напиток витаминизированный	Сок фрукт(овощ) /Фрукт	Фрукт/Сок фрукт(овощ)	Сок фрукт(овощ) /Фрукт	Фрукт/Сок фрукт(овощ)
Обед	1. Кукуруза/ икра кабачковая 2. Борщ со сметаной 3. Вермишель отварная с м/сл 4. Печень по-строгановски 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной, пшеничный	1.Зеленый горошек 2.Суп рыбный с картофелем 3.Овощное рагу 4.Котлета мясная 5.Чай с сахаром 6. Хлеб ржаной	1 Свежий помидор 2.Щи из свеж.капус/сметана 3.Греча отварная 4.Гуляш из курицы (мяса) 5. Компот из свежих яблок 6.Хлеб ржаной, пшенич	1. Салат из свеклы 2. Суп картофельный 3. Тушеная капуста 4. Котлета куриная 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной	1. Салат морков/ кукуруза 2.Суп овощи с мяс / курой 3.Картофельное пюре 4.Тефтели рыбные 5. Чай сладкий/Кисель 6. Хлеб ржаной, пшенич
Полдник	1. Сдоба 2. Молоко	1.Печенье/ пряники 2.Чай с сахаром и лимоном 3.Яйцо 4.Хлеб пшеничный	1.Сдоба /Ватрушка из твор 2. Молоко	1. Рыба с овощами 2. Хлеб пшеничный 3. Печенье /пряники 4. Чай	1. Сдоба 2. Молоко

2-я неделя

Завтрак	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
	1. Вермишель отварная с м/сл 2. Яйцо отварное 1/2 3. Чай сладкий 4. Хлеб пшен. со сл/м	1. Каша манная 2.Кофе сладкий 3. Хлеб пшен со сл.маслом	1.Каша пшеничная 2. Кофе с молоком 3. Хлеб пшен. со сл/м / 4. Хлеб пшен с сыром	1. Омлет 2. Кукуруза 3. Какао с молоком 4. Хлеб пшен. со сл/м	1. Манный пудинг 2. Молоко сгущенное 3. Кофе / Кофе с молоком 4. Хлеб пшен со сл.маслом / Хлеб пшен с сыром
Второй завтрак	Сок фруктовый / Напиток витаминизированный	Сок фрукт(овощ) /Фрукт	Сок фрукт(овощ) /Фрукт	Фрукт/Сок фрук(овощ)	Фрукт/Сок фрук(овощ)
Обед	1. Икра кабачковая 2. Суп рыбный с картофелем 3. Капуста тушеная 4. Котлета мясная / оладьи из печени 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб ржаной, пшенич.	1.Салат морков/ зелен горош 2.Щи из св.капусты с мясом 3.Картофельное пюре 4.Тефтели рыбы/Рыба отварн 5.Чай с сахаром 6. Хлеб ржаной, пшенич.	1. Салат из свежей .капуст 2.Борщ со сметаной 3.Жаркое по -домашнему 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной	1. Свекла отварная 1. Суп гороховый 2. Овощное рагу 3.Кура отварная/ Котлета куриная 5. Чай с сахаром 6. Хлеб ржаной	1. Свежий огурец 2. Суп с макаронами 3. Голубцы ленивые 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной, пшенич.
Полдник	1. Сдоба 2. Молоко	1.Печенье/ пряники 2.Молоко	1.Рыба с овощами 2.Хлеб пшеничный 3.Печенье /пряники 4.Чай	1.Творожная запеканка 2. Сметана/ сгущен молоко 3. Хлеб пшеничный 4. Чай	1. Сдоба / Булочка с вареньем 2.Молоко