|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1день**Завтрак** Каша рисовая с масломБутерброд с масломЧай с молоком**Обед**Борщ вегетарианскийГуляш в томатно-сметанном соусе Лапша отварнаяКомпот из свежих яблокХлеб пшеничный/ржаной**Полдни**кПеченьеКисломолочный продукт**Ужин**Рагу из овощей Кисель/ Кисель «Валетек»Хлеб витамин./ хлебЭнергетическая ценность за день 1358,75/1913,23 | 2 день**Завтрак** Суп молочный с крупойЧай с молоком Бутерброд с маслом**Обед** Суп картофельный с крупойГолубцы ленивыеИкра свекольнаяКомпот из сухофруктовХлеб пшеничный/ржаной**Полдник** Булочка витаминизированнаяМолоко-/ Апельсин**Ужин**Маринад из морковиОмлет с сыром -/ Сосиски отварныеСокХлеб Апельсин/-Энергетическая ценность за день1314,64/1824,25 | 3 день**Завтрак** Каша пшённая с маслом КакаоБутерброд с маслом **Обед**Суп картофельный с лапшойСуфле из курКапуста тушёнаяКомпот из апельсинов и яблокХлеб пшеничный/ржаной**Полдник** Ватрушка с повидломКисломолочный продукт**Ужин** Запеканка овощнаяЧайХлеб витамин.ЯблокоЭнергетическая ценность за день1502,85/1808,14 | 4 день**Завтрак** Каша Дружба с масломЧай с молокомБутерброд с сыром**Обед** Суп картофельный с клёцкамиПудинг из печени с морковьюСвёкла отварКомпот из апельсинов и яблокХлеб пшеничный/ржаной**Полдник**ПеченьеМолоко кипячёное**Ужин** Вареники ленивые с масломЧайАпельсинЭнергетическая ценность за день1317,37/1809,47 | 5 день**Завтрак**Каша геркулесовая с масломКофейный напиток с молоком Хлеб **Обед** Суп с рыбными консервамиЖаркое по домашнему Компот из сухофруктовХлеб пшеничный/ржаной**Полдник**Булочка домашняяКакао**Ужин** Запеканка капустная Чай ХлебЯблокоЭнергетическая ценность за день1430,88/1745,8 |
| 6 день**Завтрак**Каша пшённая с маслом Бутерброд с маслом Чай с молоком**Обед**СвекольникЗапеканка картофельная с мясомСоус сметанныйКомпот из сухофруктовХлеб пшеничный/ржаной**Полдник**БулочкаКефир**Ужин**Икра кабачковаяОмлет натуральный ЧайХлеб витамин.АпельсинЭнергетическая ценность за день1436,62/1884,46 | 7 день**Завтрак** Суп молочный с лапшойКакаоХлеб с сыром**Обед** Рассольник ленинградскийПлов из мясаСвекла отварнаяСок/ напиток «Валетек»Хлеб пшеничный/ржаной**Полдник**Булочка витаминизированнаяМолоко кипячёное**Ужин** Картофельное пюреРыба тушёная в томате с овощЧайХлеб Энергетическая ценность за день1376,6/1738,19 | 8 деньЗ**автрак**Каша манная молочная с маслом Кофейный напиток с молокомБутерброд с сыром**Обед**Щи из свежей капусты с картофелемПтица отварКапуста тушеная Картофельное пюреКисельХлеб пшеничный/ржаной**Полдник**Булочка ОсенняяМолоко кипячёное**Ужин** Котлеты рыбные Пюре из свеклыЧай Хлеб витамин.-/ ЯблокоЭнергетическая ценность за день1355,71/1807,59 | 9 деньЗ**автрак**Сырники из творога Сгущёное молокоЧайХлеб **Обед**Суп из овощейКотлеты рубленныеРагу из овощейКомпот из сухофруктовХлеб пшеничный/ржаной**Полдник**ПряникКефир**Ужин**Пудинг из моркови с масломСокХлеб ЯблокоЭнергетическая ценность за день1420,87/2005,74 | 10 деньЗ**автрак**Пудинг из творога с яблокамиКофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом**Обед**Суп картофельный с горохомТефтели мясные в сметанном соусе Пюре картофельное с морковьюКомпот из свежих яблокХлеб пшеничный/ржаной**Полдник** Булочка розоваяМолоко кипячёное**Ужин**ПеченьеСуп молочный с крупой Чай Хлеб витамин.Энергетическая ценность за день1475,14/1890,18 |