|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1день  **Завтрак**  Каша рисовая с маслом  Бутерброд с маслом  Чай с молоком  **Обед**  Борщ вегетарианский  Гуляш в томатно-сметанном соусе  Лапша отварная  Компот из свежих яблок  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдни**к  Печенье  Кисломолочный продукт  **Ужин**  Рагу из овощей  Кисель/ Кисель «Валетек»  Хлеб витамин./ хлеб  Энергетическая ценность за день 1358,75/1913,23 | 2 день  **Завтрак**  Суп молочный с крупой  Чай с молоком  Бутерброд с маслом  **Обед**  Суп картофельный с крупой  Голубцы ленивые  Икра свекольная  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Булочка витаминизированная  Молоко  -/ Апельсин  **Ужин**  Маринад из моркови  Омлет с сыром  -/ Сосиски отварные  Сок  Хлеб  Апельсин/-  Энергетическая ценность за день  1314,64/1824,25 | 3 день  **Завтрак**  Каша пшённая с маслом  Какао  Бутерброд с маслом    **Обед**  Суп картофельный с лапшой  Суфле из кур  Капуста тушёная  Компот из апельсинов и яблок  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Ватрушка с повидлом  Кисломолочный продукт  **Ужин**  Запеканка овощная  Чай  Хлеб витамин.  Яблоко  Энергетическая ценность за день  1502,85/1808,14 | 4 день  **Завтрак**  Каша Дружба с маслом  Чай с молоком  Бутерброд с сыром  **Обед**  Суп картофельный с клёцками  Пудинг из печени с морковью  Свёкла отвар  Компот из апельсинов и яблок  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Печенье  Молоко кипячёное  **Ужин**  Вареники ленивые с маслом  Чай  Апельсин  Энергетическая ценность за день  1317,37/1809,47 | 5 день  **Завтрак**  Каша геркулесовая с маслом  Кофейный напиток с молоком  Хлеб  **Обед**  Суп с рыбными консервами  Жаркое по домашнему  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Булочка домашняя  Какао  **Ужин**  Запеканка капустная  Чай  Хлеб  Яблоко  Энергетическая ценность за день  1430,88/1745,8 |
| 6 день  **Завтрак**  Каша пшённая с маслом  Бутерброд с маслом  Чай с молоком  **Обед**  Свекольник  Запеканка картофельная с мясом  Соус сметанный  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Булочка  Кефир  **Ужин**  Икра кабачковая  Омлет натуральный  Чай  Хлеб витамин.  Апельсин  Энергетическая ценность за день  1436,62/1884,46 | 7 день  **Завтрак**  Суп молочный с лапшой  Какао  Хлеб с сыром    **Обед**  Рассольник ленинградский  Плов из мяса  Свекла отварная  Сок/ напиток «Валетек»  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Булочка витаминизированная  Молоко кипячёное  **Ужин**  Картофельное пюре  Рыба тушёная в томате с овощ  Чай  Хлеб  Энергетическая ценность за день  1376,6/1738,19 | 8 день  З**автрак**  Каша манная молочная с маслом  Кофейный напиток с молоком  Бутерброд с сыром  **Обед**  Щи из свежей капусты с картофелем  Птица отвар  Капуста тушеная  Картофельное пюре  Кисель  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Булочка Осенняя  Молоко кипячёное  **Ужин**  Котлеты рыбные  Пюре из свеклы  Чай  Хлеб витамин.  -/ Яблоко  Энергетическая ценность за день  1355,71/1807,59 | 9 день  З**автрак**  Сырники из творога  Сгущёное молоко  Чай  Хлеб  **Обед**  Суп из овощей  Котлеты рубленные  Рагу из овощей  Компот из сухофруктов  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Пряник  Кефир  **Ужин**  Пудинг из моркови с маслом  Сок  Хлеб  Яблоко  Энергетическая ценность за день  1420,87/2005,74 | 10 день  З**автрак**  Пудинг из творога с яблоками  Кофейный напиток с молоком  Бутерброд с маслом  **Обед**  Суп картофельный с горохом  Тефтели мясные в сметанном соусе  Пюре картофельное с морковью  Компот из свежих яблок  Хлеб пшеничный/ржаной  **Полдник**  Булочка розовая  Молоко кипячёное  **Ужин**  Печенье  Суп молочный с крупой  Чай  Хлеб витамин.  Энергетическая ценность за день  1475,14/1890,18 |