**1-ая неделя**

|  |
| --- |
| **День 1** |
| **Завтрак** | Яйцо вареное №213 (или омлет натуральный №215)Икра кабачковая №53Бутерброд с маслом сливочным №1Кофейный напиток с молоком №395 |
| **2-й завтрак** | Сок или молоко с печеньем |
| **Обед** | Щи из свежей капусты с картофелем №67Плов №304Свекла отварная порционная (или огурец соленый, свежий)Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Рыба тушенная с овощами №247 (или суп картофельный с рыбными фрикадельками №84)Каша рассыпчатая кукурузная №313Чай с сахаром №392Хлеб пшеничный |
| **День 2** |
| **Завтрак** | Суп молочный с крупой пшенной №94Бутерброд с маслом сливочным №1Какао с молоком №397 |
| **2-й завтрак** | Кисель |
| **Обед** | Суп картофельный с бобовыми №81)Гренки из пшеничного хлеба №115Макаронник с мясом №292Икра свекольная №54 (или огурец соленый, или огурец свежий)Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Запеканка из творога №237 или Пудинг из творога с яблоками №240Соус молочный сладкий №351Чай с сахаром №392 |
| **День 3** |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная пшеничная №168Бутерброд с маслом сливочным №1Кофейный напиток с молоком №395 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Рассольник на мясном бульоне №74Жаркое по-домашнему №276Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Сырники из творога №231 или Сырники с морковью №233Сгущенное молоко или Соус №351Чай с сахаром №392 |
| **День 4** |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная манная №168Какао с молоком №397Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Кисель |
| **Обед** | Суп картофельный с клецкамиТефтели мясные №287 (или тефтели из печени с рисом №284)Соус №354Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Котлеты рыбные запеченные №255Соус №352 или №354Капуста тушенная №336Чай с сахаром №392Хлеб пшеничный |
| **День 5** |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная овсяная №168Кофейный напиток с молоком №395Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Щи от отварной капусты с картофелем №67Гуляш из отварного мяса №277Каша рассыпчатая гречневая №313Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Гребешок из дрожжевого теста с повидлом №462 (или ватрушка №458, или пирожок с морковью №454)Чай с сахаром №392 |

**2-ая неделя**

|  |
| --- |
| **День 1** |
| **Завтрак** | Каша молочная вязкая ячневая №168Кофейный напиток с молоком №395Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Суп картофельный с макаронными изделиями №82Шницель рубленный №282 (или котлета рубленная №282)Соус №350Каша рассыпчатая кукурузная №11Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Рыба запеченная в омлете №249Чай с сахаром №392Хлеб пшеничный |
| **День 2** |
| **Завтрак** | Суп молочный с крупой рисовой №94Какао с молоком №397Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Кисель |
| **Обед** | Щи из свежей капусты с картофелем №67Азу с картофелем №42Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Лапшевник с творогом №212 со сгущенным молокомЧай с сахаром №392 |
| **День 3** |
| **Завтрак** | Каша молочная вязкая геркулесовая №168Кофейный напиток с молоком №395Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Рассольник домашний №75Суфле из отварного мяса №Икра свекольная № 54 (или зеленый горошек, или огурец)Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Запеканка из творога с морковью №238 (или пудинг из творога с рисом №236 или пудинг из творога с яблоками №240)Соус №350Чай с сахаром №392 |
| **День 4** |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная пшенная №168Какао с молоком №397Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Кисель |
| **Обед** | Суп картофельный с крупой перловой №80 или Борщ с капустой и картофелем №57Бефстроганов из отварного мяса №278Каша рассыпчатая гречневая №313Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Суп картофельный с рыбными фрикадельками №84 или Котлеты рыбные любительские №256 с картофелем отварным №125Чай с сахаром №392Хлеб пшеничный |
| **День 5** |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная кукурузная №168Кофейный напиток с молоком №395Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Суп картофельный №77Голубцы ленивые №298Компот из сухофруктов №376Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Блинчики №447 с повидлом или маслом (или плюшка с сахаром №466)Чай с сахаром №392 |