**1-ая неделя**

|  |  |
| --- | --- |
| **День 1** | |
| **Завтрак** | Яйцо вареное №213 (или омлет натуральный №215)  Икра кабачковая №53  Бутерброд с маслом сливочным №1  Кофейный напиток с молоком №395 |
| **2-й завтрак** | Сок или молоко с печеньем |
| **Обед** | Щи из свежей капусты с картофелем №67  Плов №304  Свекла отварная порционная (или огурец соленый, свежий)  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Рыба тушенная с овощами №247 (или суп картофельный с рыбными фрикадельками №84)  Каша рассыпчатая кукурузная №313  Чай с сахаром №392  Хлеб пшеничный |
| **День 2** | |
| **Завтрак** | Суп молочный с крупой пшенной №94  Бутерброд с маслом сливочным №1  Какао с молоком №397 |
| **2-й завтрак** | Кисель |
| **Обед** | Суп картофельный с бобовыми №81)  Гренки из пшеничного хлеба №115  Макаронник с мясом №292  Икра свекольная №54 (или огурец соленый, или огурец свежий)  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Запеканка из творога №237 или Пудинг из творога с яблоками №240  Соус молочный сладкий №351  Чай с сахаром №392 |
| **День 3** | |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная пшеничная №168  Бутерброд с маслом сливочным №1  Кофейный напиток с молоком №395 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Рассольник на мясном бульоне №74  Жаркое по-домашнему №276  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Сырники из творога №231 или Сырники с морковью №233  Сгущенное молоко или Соус №351  Чай с сахаром №392 |
| **День 4** | |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная манная №168  Какао с молоком №397  Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Кисель |
| **Обед** | Суп картофельный с клецками  Тефтели мясные №287 (или тефтели из печени с рисом №284)  Соус №354  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Котлеты рыбные запеченные №255  Соус №352 или №354  Капуста тушенная №336  Чай с сахаром №392  Хлеб пшеничный |
| **День 5** | |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная овсяная №168  Кофейный напиток с молоком №395  Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Щи от отварной капусты с картофелем №67  Гуляш из отварного мяса №277  Каша рассыпчатая гречневая №313  Компот из сухофруктов №376  Хлеб 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 №168  Кофейный напиток с молоком №395  Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Суп картофельный с макаронными изделиями №82  Шницель рубленный №282 (или котлета рубленная №282)  Соус №350  Каша рассыпчатая кукурузная №11  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Рыба запеченная в омлете №249  Чай с сахаром №392  Хлеб пшеничный |
| **День 2** | |
| **Завтрак** | Суп молочный с крупой рисовой №94  Какао с молоком №397  Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Кисель |
| **Обед** | Щи из свежей капусты с картофелем №67  Азу с картофелем №42  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Лапшевник с творогом №212 со сгущенным молоком  Чай с сахаром №392 |
| **День 3** | |
| **Завтрак** | Каша молочная вязкая геркулесовая №168  Кофейный напиток с молоком №395  Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Рассольник домашний №75  Суфле из отварного мяса №  Икра свекольная № 54 (или зеленый горошек, или огурец)  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Запеканка из творога с морковью №238 (или пудинг из творога с рисом №236 или пудинг из творога с яблоками №240)  Соус №350  Чай с сахаром №392 |
| **День 4** | |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная пшенная №168  Какао с молоком №397  Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Кисель |
| **Обед** | Суп картофельный с крупой перловой №80 или Борщ с капустой и картофелем №57  Бефстроганов из отварного мяса №278  Каша рассыпчатая гречневая №313  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Суп картофельный с рыбными фрикадельками №84 или Котлеты рыбные любительские №256 с картофелем отварным №125  Чай с сахаром №392  Хлеб пшеничный |
| **День 5** | |
| **Завтрак** | Каша вязкая молочная кукурузная №168  Кофейный напиток с молоком №395  Бутерброд с маслом сливочным №1 |
| **2-й завтрак** | Сок |
| **Обед** | Суп картофельный №77  Голубцы ленивые №298  Компот из сухофруктов №376  Хлеб пшеничный, ржаной |
| **Ужин** | Блинчики №447 с повидлом или маслом (или плюшка с сахаром №466)  Чай с сахаром №392 |