



Примерное десятидневное меню

Первая неделя

Прием пищи	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша рисовая молочная	Каша пшеничная	Суп молочный с вермишелью	Каша овсяная "Геркулес" жидкая с маслом сливочным	Суп молочный с гречневой крупой
	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком
	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	Хлеб пшеничный с маслом	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром
Обед	Салат из зеленого горошка	Салат из белокочанной капусты	Салат из огурцов и помидоров	Салат из моркови и яблок	Винегрет овощной
	Борщ украинский с мясом со сметаной	Свекольник	Щи из свежей капусты со сметаной	Суп картофельный с рыбой	Суп из овощей с фасолью
	Тефтели рыбные	Голубцы ленивые	Котлета мясная в томатном соусе	Шницель мясной рубленый	Сосиски отварные
	Картофельное пюре	Макароны отварные	Пюре картофельное	Капуста тушеная	Каша гречневая
	Компот из смеси сухофруктов	Компот из апельсинов	Компот из смеси сухофруктов	Кисель из кураги	Компот из смеси сухофруктов
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Полдник	Оладьи	Пирожок с мармеладом	Ватрушка с творогом	Пуддинг из творога	Вафли
	Повидло ягодное	Молоко	Молоко	Вареная сгущенка	Банан
	Какао на молоке			Кисель фруктовый	Чай сладкий

Вторая неделя

Прием пищи	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	Каша манная молочная с маслом сливочным	Суп молочный с гречневой крупой	Каша перловая молочная с маслом сливочным	Пуддинг творожный с яблоками
	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Чай с сахаром	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком
	Хлеб пшеничный с сыром	Хлеб пшеничный с сыром	Хлеб пшеничный с сыром	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	Хлеб пшеничный с сыром
Обед	Салат из репчатого лука	Салат овощной из свежих помидоров	Салат из белокочанной капусты с яблоком	Салат морковно-капустный с изюмом	Сельдь с луком
	Суп гороховый с гренками	Суп из овощей	Рассольник с мясом и сметаной	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне
	Запеканка капустная с говядиной	Гуляш из говядины	Котлета рыбная	Мясо отварное	Жаркое под домашнему
	Сметанный соус	Макаронные изделия отварные	Картофель отварной	Рис припущенный	Чай с сахаром
	Компот из груш	Компот из смеси сухофруктов	Компот из яблок	Кисель из клюквы	Хлеб пшеничный
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	
Полдник	Оладьи	Булочка столичная	Булочка молочная	Галетное печенье	Вафли
	Джем черносмородиновый	Молоко 2,5% жирности	Банан	Кефир йодированный	Яблоко
	Какао на молоке		Молоко		Чай сладкий