

1 День - Понедельник	2 День - Вторник	3 День - Среда	4 День - Четверг	5 День - Пятница
Завтрак: Макароны, заваренные с сыром 100/130 Чай сладкий с лимоном 150/170 Хлеб пшеничный 40 Масло сливочное 6/8 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: Огурец свежий 20/30 Свекольник с мясом со сметаной 150/200 Печень по-бейстрогански 60/70 Греча 100/110 Компот из сухофруктов 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Какао с молоком 140/170 Булочка веснушка 70/80 Яйцо 1/2	Завтрак: Каша пшеничная молочная 150/190 Кофейный напиток с молоком 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 5 сыр 8/15 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: Икра овощная 40/60 Щи с мясом со сметаной 150/200 Котлета рыбная 60/70 Пюре картофельное 110/130 Компот из сухофруктов 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Суфле творожное 80/100 с повидлом 15/20 Чай сладкий 140/150 Хлеб пшеничный 10/15	Завтрак: Каша гречневая молочная 150/190 Какао с молоком 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 6/8 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: Салат «Зимний» 40/60 Суп полевой с мясом со сметаной 150/200 Котлета куриная 60/70 Котлета тушечная 100/120 Компот из сухофруктов 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Омлет 80/90 Хлеб пшеничный 10/15 Молоко 140/150 Печенье 15	Завтрак: Каша манная молочная 150/190 Кофейный напиток с молоком 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 6/8 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: свекла долька 40/60 Суп кудрявый с курами 150/200 Пюре картофельное 110/130 Гуляш с мясом 60/70 Компот из сухофруктов 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Запеканка творожная 80/100 с молочным соусом 30/40 Чай сладкий с лимоном 140/150 Хлеб пшеничный 10/15	Завтрак: Каша геркулесовая молочная 150/190 Какао с молоком 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 6/8 Яйцо 1/2 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: Огурец свежий 20/30 Щи с мясом со сметаной 150/200 котлета мясная 60/70 с рисом 100/110 и овощной подливой 30/40 Кисель 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Пирог с яблоком 70/80 Снежок 140/170
6 День - Понедельник	7 День - Вторник	8 День - Среда	9 День - Четверг	10 День - Пятница
Завтрак: Каша гречневая рассыпчатая 120/130 с сахаром 10 Чай сладкий с лимоном 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 5 сыр 8/15 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: Огурец свежий 20/30 Борщ с мясом со сметаной 150/200 Тефтели рыбные 60/70 Картофельное пюре 110/130 Компот из сухофруктов 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Ватрушка с повидлом 70/80 Кофе напиток с молоком 140/170	Завтрак: Каша геркулесовая молочная 150/190 Кофейный напиток с молоком 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 6/8 Яйцо 1/2 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: икра из свежесырых зеленых горошком 40/60 Суп с клецками с мясом со сметаной 150/200 Овощное рагу с мясом 150/180 Компот из сухофруктов 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Сырники творожные 80/100 с киселем 30/40 Хлеб пшеничный 10/15 Молоко 140/150	Завтрак: Каша «Дружба» молочная 150/190 Какао с молоком 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 5 сыр 7/10 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: Винегрет 40/60 Суп рыбный со сметаной 150/200 Суфле из печени 60/70 Макароны отварные 100/120 с овощной подливой 30/40 Фруктовый напиток 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Омлет 80/90 Молоко 140/150 Хлеб пшеничный 10/15 Вафля 20	Завтрак: Каша рисовая молочная 150/190 Кофейный напиток с молоком 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 6/8 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: Салат из свежесырых 40/60 Суп гороховый с мясом 150/200 Биточки куриные 60/70 Картофельное пюре 110/130 Компот из сухофруктов 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Снежок 140/170 Пшеница 70/80	Завтрак: Творожная запеканка 80/100 с молочным соусом 30/40 Какао с молоком 150/170 Хлеб пшеничный 30/40 Масло сливочное 6/8 Завтрак 2: фрукт 100/120 Обед: салат крестьянский 40/60 Суп картофельный с курами со сметаной с гречкой 200/110 Бигус 160/180 Компот из сухофруктов 140/170 Хлеб ржаной 30/38 Полдник: Яйцо 40 Хлеб пшеничный 15 Мармелад 15 или печенье 30 или зефир 15 Чай сладкий 140/150