ДЕНЬ	Завтрак	2 ЗАВТРАК	ОБЕД	УЖИН
1	Каша овсяная Яйцо Чай с молоком и сахаром Хлеб пшеничный	Сок	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной Плов с курицей Салат из моркови с яблоком/Кукуруза Компот из изюма Хлеб ржаной	Запеканка из творога Кисломолочный напиток (кефир или ряженка) Яблоко Печенье Молоко сгущенное
2	Каша манная Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр Кофейный напиток с молоком	Сок	Суп картофельный с рисом на мясном бульоне Капуста тушеная с мясом Хлеб ржаной Икра кабачковая/Салат из свежих помидоров Компот их свежих плодов	Рыба запеченная в омлете Хлеб пшеничный Сдоба обыкновенная Чай с лимоном и сахаром Яблоко
3	Каша гречневая Хлеб пшеничный Масло сливочное Какао с молоком	Сок	Суп с рыбными консервами (горбуша) Печень говяжья по – строгановски Картофельное пюре Хлеб ржаной Салат из свеклы отварной/Салат из свежих помидоров и огурцов Кисель из джема	Макароны отварные с сыром Пирожок печеный с капустой Хлеб пшеничный Яблоко Чай с сахаром
4	Каша кукурузная Масло сливочное Хлеб пшеничный Кофейный напиток с молоком	Сок	Борщ со сметаной и мясом Котлета из говядины Рис отварной Соус томатный с овощами Хлеб ржаной Огурец соленый/Салат из свежих огурцов	Омлет с зеленым горошком Хлеб пшеничный Напиток яблочный (из свеж.яблок) Печенье Яблоко
5	Каша «Дружба» Масло сливочное Хлеб пшеничный Какао с молоком	Сок	Рассольник ленинградский на куриной бульоне Птица в соусе с томатом Каша гречневая Хлеб ржаной Салат из квашенной капусты с луком/Салат из капусты с морковью Компот из свежих плодов	Жаркое из сердца Булочка ванильная Хлеб пшеничный Молоко кипяченое

6	Каша пшенная Сыр Масло сливочное Хлеб пшеничный Чай с молоком и сахаром	Сок	Щи на мясном бульоне со сметаной Зеленый горошек Бефстроганов из отварной говядины Макароны отварные Хлеб ржаной Компот из ягод замороженных	Запеканка из творога с морковью Молоко сгущенное Печенье Кисломолочный напиток (кефир или ряженка) Яблоко
7	Каша манная Яйцо Хлеб пшеничный Какао с молоком	Сок	Свекольник на мясном бульоне со сметаной Гуляш из говядины Каша гречневая Хлеб ржаной Огурец соленый/Салат из свежих огурцов Компот из смеси сухофруктов	Тефтели рыбные, тушеные в соусе томатном с овощами Картофельное пюре Хлеб пшеничный Сдоба обыкновенная Компот из яблок с лимоном
8	Каша овсяная Масло сливочное Хлеб пшеничный Кофейный напиток с молоком	Сок	Суп картофельный с пшеном и курами Голубцы ленивые Салат из свежих помидоров/Икра кабачковая Компот из свежих плодов Хлеб ржаной	Винегрет с растительным маслом Биточки из говядины Булочка ванильная Хлеб пшеничный Салат летний Кисель из джема апельсинового
9	Каша рисовая Хлеб пшеничный Масло сливочное Сыр Какао с молоком	Сок	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне Суфле из курицы Рагу из овощей Хлеб ржаной Салат из свежих помидоров и огурцов/Салат из отварной свеклы Компот из ягод замороженных	Запеканка из творога Соус молочный сладкий Печенье Яблоко Молоко кипяченое
10	Каша гречневая Яйцо Хлеб пшеничный Кофейный напиток	Сок	Суп картофельный с горохом и мясом Котлета рыбная Картофельное пюре Хлеб ржаной Гренки из пшеничного хлеба Салат из свежей капусты с морковью и яблоком/Салат из квашенной капусты с луком Компот из смеси сухофруктов	Оладьи из печени по – кунцевски Салат картофельный с яблоком и зеленым горошком Ватрушка с повидлом Чай с молоком и сахаром Яблоко