

# 10 дневное МЕНЮ весна – лета 2023



| понедельник                                                                                                                                                          | вторник                                                                                                                                                            | среда                                                                                                                          | четверг                                                                                                                             | пятница                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак:</b><br>Молочная геркулесовая каша<br>Хлеб, сл.масло<br>Чай с молоком                                                                                     | <b>Завтрак:</b><br>Молочная пшона каша<br>Хлеб, сл.масло, сыр<br>Чай с молоком                                                                                     | <b>Завтрак:</b><br>Молочная манная каша<br>Хлеб, сл.масло<br>Какао                                                             | <b>Завтрак:</b><br>Молочная рисовая каша с маслом<br>Хлеб, сыр<br>Чай с молоком                                                     | <b>Завтрак:</b><br>Молочная кукурузная каша<br>Хлеб с маслом, сыр<br>Чай с молоком                                                                        |
| <b>Обед:</b><br>1. Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне<br>2. Суфле из кур, гречка<br>3. Салат свекольно-яблочный<br>4. Хлеб<br>5. Компот из сухофруктов | <b>Обед:</b><br>1. Суп рисовый с яйцом<br>2. Котлеты куринные с макаронами, соус сметанный с томатом<br>3. Свекольный салат<br>4. Хлеб<br>5. Компот из сухофруктов | <b>Обед:</b><br>1. Борщ вегетарианский<br>2. Жаркое по домашнему с баклажанами<br>3. Салат Зайчик<br>4. Хлеб<br>5. Сладкий чай | <b>Обед:</b><br>1. Суп гороховый<br>2. Оладьи из печенки, гарнир рис<br>3. Салат из капусты<br>4. Хлеб<br>5. Компот из свежих яблок | 1. Рассольник<br>2. Ленинградский<br>3. Говяжий котлеты, картофельное пюре<br>4. Салат из зеленого горошка с луком<br>5. Хлеб<br>6. Компот из сухофруктов |
| <b>Полдник:</b><br>Печенье<br>Молоко                                                                                                                                 | <b>Полдник:</b><br>Печенье<br>Кисель                                                                                                                               | <b>Полдник:</b><br>Вафли<br>Молоко                                                                                             | <b>Полдник:</b><br>Печенье<br>Кисель                                                                                                | <b>Полдник:</b><br>Свежие яблоко<br>Сок                                                                                                                   |
| <b>Ужин:</b><br>1. Ратлики с вареньем<br>2. Чай лимонный                                                                                                             | <b>Ужин:</b><br>1. Ватружка из творога<br>2. Чай лимонный                                                                                                          | <b>Ужин:</b><br>1. Макароны с тертыми яйцами<br>2. Компот из сухофруктов<br>3. Хлеб                                            | <b>Ужин:</b><br>1. Булочка домашняя<br>2. Кефир                                                                                     | <b>Ужин:</b><br>1. Молочный суп<br>2. Чай лимонный<br>3. хлеб                                                                                             |

*С.А.Аманжол*  
*А.А.Аманжол*  
*А.А.Аманжол*

| понедельник                                                                                                        | вторник                                                                                                                                                                   | среда                                                                                                                           | четв                                                                                                                           | пятница                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак:</b><br>Молочная манная каша<br>Хлеб, сл.масло<br>Чай с молоком                                         | <b>Завтрак:</b><br>Молочная ячневая каша<br>Хлеб, сл.масло<br>Какао                                                                                                       | <b>Завтрак:</b><br>Молочная рисовая с тыквой<br>Хлеб, сл.масло<br>Чай с молоком                                                 | <b>Завтрак:</b><br>Каша дружба молочная<br>Хлеб, сл.масло<br>Какао                                                             | <b>Завтрак:</b><br>Молочная каша пшонаая<br>Хлеб, сл.масло<br>Чай с молоком                                                                                       |
| <b>Обед:</b><br>1.Суп овощной<br>2.Плов с куриным мясом<br>3.Салат витаминный<br>4.Хлеб<br>5.Компот из сухофруктов | <b>Обед:</b><br>1. Суп крестьянский со сметаной на костном бульоне<br>2. Бифстроганов в подливке, макароны<br>3.Салат из св.огурцов<br>4.Хлеб<br>5. Компот из сухофруктов | <b>Обед:</b><br>1.Щи<br>2. Говяжий котлеты, картофельное пюре<br>3.Порционное отварное свежко<br>4.Хлеб<br>5.Компот из св.яблок | <b>Обед:</b><br>1. Суп картофельный с фрикадельками<br>2.Рагу из овощей<br>3. Салат свежий<br>4.Хлеб<br>5.Компот из сухофрукто | <b>Обед:</b><br>1.Рыбный суп с макаронными изделиями<br>2.Тфтели, гречка, соус сметаный с томатом<br>3.Салат свекольно-яблочный<br>4.Хлеб<br>5.Компот из св.яблок |
| <b>Полдник:</b><br>Фрукты Бананы<br>Кисель                                                                         | <b>Полдник:</b><br>Печенье<br>Сок фруктовый                                                                                                                               | <b>Полдник:</b><br>Вафли<br>Кисель                                                                                              | <b>Полдник:</b><br>Печенье<br>Какао                                                                                            | <b>Полдник:</b><br>Гренки сладкие<br>Кисель                                                                                                                       |
| <b>Ужин:</b><br>1.Макароны отварные с тертыми сыром<br>2. Чай лимонный<br>3.хлеб                                   | <b>Ужин:</b><br>1. Пирожки с стущенкой<br>2. Сладкий чай                                                                                                                  | <b>Ужин:</b><br>1.Манник<br>2. Чай лимонный                                                                                     | <b>Ужин:</b><br>1. Вареники ленивые со сметаной<br>2. Чай лимонный<br>3.Хлеб                                                   | <b>Ужин:</b><br>1. Пирожки с картошкой<br>2.Фруктовый кефир                                                                                                       |