

День 1

Завтрак

Каша на выбор:

Каша манная молочная

Каша пшенная молочная

Блюда к завтраку на выбор:

Омлет с ветчиной

Сосиска с картофельным пюре

Блинчики со сгущенкой, сметаной

Напитки на выбор:

Чай. Кофе Nescafe. Молоко

Обед

Салаты на выбор:

Салат с ветчиной

Салат «Весенний»

Первые блюда на выбор:

Борщ

Лапша куриная

Вторые блюда на выбор:

Котлетка домашняя с картофельным пюре

Капуста тушеная со свиной

Напитки на выбор:

Чай. Кофе Nescafe. Компот

Фрукт, выпечка

Ужин

Салаты на выбор:

Салат из молодой капусты

Винегрет

Вторые блюда на выбор:

Рис

Рыба речная жареная

Курица запеченая

Напитки на выбор:

Чай. Кефир

День 2

Завтрак

Каша на выбор:

Каша геркулесовая молочная

Каша рисовая молочная

Блюда к завтраку на выбор:

Дранники картофельные со сметаной

Омлет с сыром

Блинчики с яблоком

Напитки на выбор:

Чай. Кофе Nescafe. Молоко

Сок: апельсин, яблоко, вишня

Обед

Салаты на выбор:

Салат из моркови

Овощи свежие

Первые блюда на выбор:

Уха волжская

Щи из свежей капусты

Вторые блюда на выбор:

Тефтели по-домашнему

Судак с овощами и сыром

Гарниры на выбор:

Рис

Гречка

Напитки на выбор:

Чай. Компот

Фрукт, печенье

Ужин

Салаты на выбор:

Свекла с орехом

Салат картофельный

Вторые блюда на выбор:

Плов с курицей

Макароны по флотски

Напитки на выбор:

Чай. Кефир

День 3

Завтрак

Каши на выбор:

*Каша манная молочная
Каша гречневая молочная*

Блюда к завтраку на выбор:

*Сосиска в тесте
Омлет с помидорами
Шарлотка яблочная*

Напитки на выбор:

Чай. Кофе Nescafe. Молоко

Обед

Салаты на выбор:

*Салат из редиски со сметаной
Салат овощной*

Первые блюда на выбор:

*Суп рисовый с фрикадельками
Гороховый с гренками*

Вторые блюда на выбор:

*Бефстроганов
Зразы рыбные с яйцом*

Гарниры на выбор:

Рис. Спагетти

Напитки на выбор:

*Чай. Компот
Фрукт, вафли*

Ужин

Салаты на выбор:

*Свекла из пекинской капусты с кукурузой
Огурцы свежие*

Вторые блюда на выбор:

*Голубцы ленивые со сметаной
Мясные шарики + гречка*

Напитки на выбор:

Чай. Кефир

День 4

Завтрак

Каши на выбор:

Каша пшенная молочная

Каша овсяная молочная

Блюда к завтраку на выбор:

Яичница с ветчиной

Сосиска с картофельным пюре

Пирог «Манник»

Напитки на выбор:

Чай. Кофе Nescafe. Молоко

Сок: апельсин, яблоко, вишня

Обед

Салаты на выбор:

Салат фасолевый

Салат из молодой капусты

Первые блюда на выбор:

Рассольник

Борщ

Вторые блюда на выбор:

Котлета рыбная

Отбивная из курицы

Гарниры на выбор:

Спагетти

Рис отварной

Напитки на выбор:

Чай. Компот

Фрукт, выпечка

Ужин

Салаты на выбор:

Салат овощной

Салат из моркови с яблоком

Вторые блюда на выбор:

Картофельная запеканка с куриным мясом

Ежики

Напитки на выбор:

Чай. Кефир

День 5

Завтрак

Каша на выбор:

Каша «Дружба»

Каша молочная гречневая

Блюда к завтраку на выбор:

Омлет с ветчиной

Запеканка с изюмом

Блинчики

Напитки на выбор:

Чай. Кофе Nescafe. Молоко

Обед

Салаты на выбор:

Витаминный

Оливье с курицей

Первые блюда на выбор:

Овощной

Лапша куриная

Вторые блюда на выбор:

Рыба жаренная с луком

Мясо тушеное с овощами

Гарнир:

Картофельное отварной с зеленью

Рис

Напитки на выбор:

Компот. Чай.

Фрукт, булочка