**Примерное 10-дневное меню на осенне-зимний период**

**2 неделя**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **6-й день** | **7-й день** | **8-й день** | **9-й день** | **10-й день** |
| **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** |
| Каша гречневая вязкая на сгущенном молоке  Кофейный напиток на сгущенном молоке  Батон нарезной  Масло сливочное (сыр) | Каша геркулесовая жидкая  Какао с молоком  Батон нарезной  Масло сливочное (сыр)  10:00 Кисломолочный напиток | Каша рисовая вязкая  Кофейный напиток с молоком  Батон нарезной  Масло сливочное (сыр)  10:00 Сок яблочный  Печенье | Суп молочный с макаронными изделиями  Какао с молоком  Батон нарезной  Масло сливочное (сыр)  10:00 Молоко кипяченое | Каша манная молочная жидкая  Кофейный напиток с молоком  Батон нарезной  Масло сливочное (сыр)  10:00 Кисломолочный напиток |
| **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** | **Обед** |
| Борщ с капустой и картофелем со  сметаной  Котлета из говядины  Пюре из гороха с маслом  Хлеб ржаной  Компот из смеси сухофруктов | Суп крестьянский с крупой со сметаной  Азу  Хлеб ржаной  Компот из смеси сухофруктов | Суп картофельный с бобовыми (с зеленым горошком)  Шницель из говядины  Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)  Хлеб ржаной  Компот из смеси сухофруктов | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной  Макаронник с мясом  Соус томатный  Хлеб ржаной  Компот из плодов сушеных (курага) | Салат из свеклы с черносливом  Суп картофельный с клёцками  Фрикадельки из птицы  Соус томатный  Картофельное пюре  Хлеб ржаной  Компот из свежих плодов  (яблок) |
| **Уплотненный**  **полдник** | **Уплотненный**  **полдник** | **Уплотненный**  **полдник** | **Уплотненный**  **полдник** | **Уплотненный**  **полдник** |
| Пудинг из творога с яблоками  Соус молочный сладкий  Молоко кипяченое | Винегрет овощной  Рулет из рыбы  Батон нарезной  Чай с лимоном | Салат из моркови и яблок  Ватрушка с творогом  Чай с сахаром | Салат из белокочанной капусты с морковью  Рыба, запеченная в омлете  Батон нарезной  Чай с сахаром | Запеканка из творога  Молоко сгущеное  Чай с сахаром  Плод свежий |