

Примерное 10-дневное меню на летний период.

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак: Каша геркулесовая молоком с маслом. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.	Завтрак: Каша молочная пшеничная. Бутерброд с маслом. Кофейный напиток с молоком.	Завтрак: Омлет с маслом слив. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.	Завтрак: Каша молочная манная с маслом. Бутерброд с маслом. Кофейный напиток с молоком.	Завтрак: Каша молочная рисовая с маслом. Бутерброд с маслом. Чай с молоком.
2-ой завтрак: Сок	2-ой завтрак: Сок	2-ой завтрак: Фрукты	2-ой завтрак: Сок	2-ой завтрак: Фрукты
Обед: Щи с цыпленком и сметаной. Котлета мясная, соус томатный. Макароньки отв. с маслом сливочным. Хлеб ржаной. Компот из сухофруктов.	Обед: Огурец (помидор) свежий. Рассольник с цыпленком и сметаной. Биточки куриные, соус томатный. Картофельное пюре. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Обед: Борщ из св. капусты со сметаной и цыпленком. Бефстроганов из говяжьей печени, соус сметанный. Каша гречневая рассыпчатая с маслом. Компот из свежих фруктов. Хлеб ржаной.	Обед: Огурец (помидор) свежий. Суп вермишелевый с цыпленком. Капуста тушеная с мясом. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Обед: Салат из св.капусты. Суп картофельный с горохом и цыпленком. Тефтели мясные, соус томатный. Картофельное пюре. Компот из свежих фруктов. Хлеб ржаной.
Полдник: Молоко кипяченое, кондитерские изделия.	Полдник: Снежок (йогурт), хлеб пшеничный.	Полдник: Молоко кипяченое, бутерброд с повидлом.	Полдник: Ряженка, кондитерские изделия.	Полдник: Снежок (йогурт), хлеб пшеничный.
Ужин: Рыба под омлетом. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром и лимоном.	Ужин: Запеканка творожная, соус молочный. Кисель плодово- ягодный.	Ужин: Макароньки отварные с маслом и сыром. Чай с сахаром и лимоном.	Ужин: Рагу овощное с куриным филе. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром и лимоном.	Ужин: Запеканка творожная под молочным соусом. Кисель плодово- ягодный.

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак: Каша гречневая с молоком. Бутерброд с маслом. Какао с молоком.	Завтрак: Каша молочная манная с маслом. Бутерброд с маслом. Кофейный напиток с молоком.	Завтрак: Каша молочная «Дружба» Бутерброд с маслом. Какао с молоком.	Завтрак: Каша геркулесовая молоком с маслом. Бутерброд с маслом. Кофе с молоком.	Завтрак: Суп молочный вермишелевый с маслом. Бутерброд с маслом. Чай с молоком.
2-ой завтрак: Сок	2-ой завтрак: Сок	2-ой завтрак: Фрукты	2-ой завтрак: Сок	2-ой завтрак: Фрукты
Обед: Салат из св.капусты. Суп картофельный с мясными фрикадельками. Котлета мясная, соус томатный. Рис отв. с маслом сливочным. Хлеб ржаной. Компот из сухофруктов.	Обед: Огурец (помидор) свежий. Борщ из св.капусты с цыпленком и сметаной. Жаркое домашнему. Компот из св.фруктов. Хлеб ржаной.	Обед: Суп картофельный с рыбой. Голубцы ленивые. Компот из св. фруктов. Хлеб ржаной.	Обед: Огурец (помидор) свежий. Свекольник с цыпленком и сметаной. Фрикадельки из филе цыпленка в соусе томатном. Картофельное пюре. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной.	Обед: Суп с зеленым горошком, с цыпленком и сметаной. Капуста тушеная с мясом и маслом сливочным. Компот из св. фруктов. Хлеб ржаной.
Полдник: Молоко кипяченое, кондитерские изделия.	Полдник: Снежок (йогурт), хлеб пшеничный.	Полдник: Ряженка, кондитерские изделия.	Полдник: Молоко кипяченое, бутерброд с повидлом.	Полдник: Снежок (йогурт), хлеб пшеничный.
Ужин: Рыба под омлетом, соус том. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром и лимоном.	Ужин: Запеканка творожная, соус молочный. Кисель плодово-ягодный.	Ужин: Винегрет овощной. Яйцо отварное. Чай с сахаром и лимоном. Хлеб пшеничный.	Ужин: Макароны отварные с маслом и сыром. Чай с сахаром.	Ужин: Запеканка творожная, соус сметанный. Кисель плодово-ягодный.