

## 2неделя

### Примерное меню на 10 дней (летнее – осенний период)

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
завтрак	Омлет. Хлеб отрубной. Чай с сахаром и лимоном.	Каша жидкая манная. Бутерброд с сыром. Чай сахаром.	Каша жидкая пшеничная с сахаром и маслом. Бутерброд с сыром. Чай с сахаром и лимоном.	Каша жидкая гречневая с сахаром. Бутерброд с сыром. Чай с сахаром и лимоном.	Каша жидкая овсяная с сахаром и маслом. Бутерброд со сливочным маслом. Чай с сахаром и лимоном.
II завтрак	Свежие фрукты (яблоко, банан)	Сок.	Свежие фрукты (яблоко или банан).	Сок.	Свежие фрукты (яблоко или банан).
обед	Суп рыбный. Ленивые голубцы со сметаной. Овощи свежие. Компот из свежих фруктов Хлеб.	Суп овощной со сметанной. Бефстроганов из отварного мяса. Пюре картофельное. Салат из свежих овощей. Напиток из плодов шиповника. Хлеб.	Картофельный суп с бобовыми. Тефтели мясные (говядина) в сметанном соусе. Рагу из овощей. Компот из свежих фруктов. Хлеб.	Свекольник со сметаной. Плов из птицы. Салат из свежих овощей. Компот из сухофруктов. Хлеб.	Суп картофельный с макаронными изделиями. Жаркое по-домашнему с говядиной. Салат из свежих овощей. Компот из свежих фруктов. Хлеб.
полдник	Булочка «К чаю». Молоко кипяченое.	Кондитерское изделие. Какао с молоком.	Омлет. Зеленый горошек (или консервированная кукуруза). Кофейный напиток с молоком	Творожено - манная запеканка. Чай.	Пирожок с фаршем. Молоко кипяченое (или напиток кисло-молочный).