

Примерное десятидневное меню

<p><u>Завтрак</u> Каша манная Кофейный напиток Хлеб с маслом</p> <p>9:20 сок/фрукты Рассольник Бефстроганов с гречкой Компот Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Омлет натуральный Хлеб пшеничный Чай с сахаром Печенье</p>	<p><u>Завтрак</u> Каша кукурузная Какао Хлеб с повидлом</p> <p>9:20 сок/фрукты</p> <p><u>Обед</u> Суп картофельный с фасолью Ленивые голубцы Салат из свеклы Кисель Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Овощное рагу Бутерброд с маслом Чай с сахаром</p>	<p><u>Завтрак</u> Каша «Дружба» Чай с сахаром Хлеб с маслом</p> <p>9:20 сок/фрукты</p> <p><u>Обед</u> Суп с крупой Мясная котлета. Капуста тушенная Компот Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Картофельное пюре Филе сельдь Хлеб пшеничный Чай с сахаром</p>	<p><u>Завтрак</u> Каша геркулесовая Кофейный напиток Хлеб с повидлом</p> <p>9:20 сок/фрукты</p> <p><u>Обед</u> Борщ Рыба запеченная Рис припущенный Кисель Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Сырники из творога Чай с сахаром Печенье</p>	<p><u>Завтрак</u> Каша ячневая Какао Хлеб с маслом</p> <p>9:20 сок/фрукты</p> <p><u>Обед</u> Суп рыбный Жаркое по-домашнему Компот Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Булочка домашняя Чай с сахаром</p>
<p><u>Завтрак</u> Каша пять злаков Кофейный напиток Хлеб с маслом</p> <p>9:20 сок/фрукты</p> <p><u>Обед</u> Суп картофельный с клёцками Плов Компот Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Пюре из бобовых Филе птицы отварное Хлеб пшеничный Чай с сахаром</p>	<p><u>Завтрак</u> Каша рисовая Какао Хлеб с повидлом</p> <p>9:20 сок/фрукты</p> <p><u>Обед</u> Суп гороховый с гренками Тефтели мясные /котлета/голень Картофельное пюре Кисель Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Макароны, запеченные с яйцом Чай с сахаром Зефир/пряник</p>	<p><u>Завтрак</u> Каша манная Чай с сахаром Хлеб</p> <p>9:20 сок/фрукт</p> <p><u>Обед</u> Суп овощной Вермишелевая запеканка Компот Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Творожная запеканка со сгущенкой Печенье Чай с сахаром</p>	<p><u>Завтрак</u> Каша пшенная Кофейный напиток Хлеб с повидлом</p> <p>9:20 сок/фрукты</p> <p><u>Обед</u> Суп картофельный с вермишелью Тефтели из рыбы Рис припущенный Кисель Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Вареники с картофелем Чай с сахаром</p>	<p><u>Завтрак</u> Каша гречневая Какао Хлеб с маслом</p> <p>9:20 сок/фрукты</p> <p><u>Обед</u> Свекольник Голень, овощное рагу Компот Хлеб</p> <p><u>Полдник</u> Булочка домашняя Чай с сахаром</p>