

## Цикличное меню (10 дней)

### **День 1.**

Завтрак: Каша рисовая молочная жидкая  
Батон  
Сыр (порциями)  
Какао с молоком и сахаром

2 – завтрак: Напиток кисломолочный в ассортименте

Обед: Салат моркови отварной с зеленым горошком  
Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом курицы  
Картофельное пюре  
Тефтели из говядины с рисом п/ф  
Компот из свежих яблок с лимоном  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Кекс с изюмом  
Молоко кипяченое

Ужин: Капуста тушеная  
Фрикадельки из говядины п/ф  
Кисель из концентрата плодового и ягодного  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт  
Фрукты свежие в ассортименте

### **День 2.**

Завтрак: Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая  
Батон  
Повидло фруктовое  
Кофейный напиток на молоке с сахаром

2 – завтрак: Фрукты свежие в ассортименте

Обед: Салат из свежих помидоров  
Рассольник ленинградский  
Рагу из овощей  
Курица отварная  
Напиток из ягоды облепихи  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Напиток кисломолочный в ассортименте  
Печенье овсяное

Ужин: Рис припущенный / огурец свежий

Котлета рыбная (горбуша) п/ф  
Чай с сахаром  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

### **День 3.**

Завтрак: Омлет натуральный с маслом сливочным  
Батон  
Масло сливочное (порциями)  
Фрукты свежие в ассортименте  
Чай с лимоном

2 – завтрак: Кисломолочный напиток в ассортименте

Обед: Салат из свежих огурцов  
Борщ из свежей капусты со сметаной  
Каша гречневая рассыпчатая  
Котлета куриная п/ф  
Компот из чернослива  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Чай с молоком без сахара  
Печенье сахарное

Ужин: Макароны запеченные с сыром  
Биточки из говядины п/ф  
Компот из свежих яблок  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

### **День 4.**

Завтрак: Каша манная молочная вязкая  
Батон  
Сыр (порциями)  
Напиток из цикория с молоком и сахаром

2 – завтрак: Фрукты свежие в ассортименте

Обед: Салат витаминный  
Суп картофельный с рыбными консервами (сайра)  
Картофель отварной  
Котлета из говядины п/ф  
Напиток из плодов шиповника  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Вафли

Молоко кипяченое

Ужин: Вареники с творожным или овощным фаршем п/ф

Сок фруктовый в ассортименте

Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

## **День 5.**

Завтрак: Каша ячневая молочная вязкая

Батон

Повидло фруктовое

Чай с молоком и сахаром

2 – завтрак: Напиток кисломолочный в ассортименте

Обед: Кукуруза консервированная (тепловая обработка)

Суп картофельный с мясными фрикадельками

Каша боярская с изюмом

Голубцы ленивые п/ф

Компот из смеси сухофруктов

Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Блинчики с повидлом

Компот из яблок с лимоном

Ужин: Пельмени отварные п/ф

Чай с сахаром

Фрукты свежие в ассортименте

Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

## **День 6.**

Завтрак: Каша «Дружба»

Батон

Масло сливочное (порциями)

Какао на молоке с сахаром

2 – завтрак: Фрукт свежий в ассортименте

Обед: Салат из свеклы отварной с изюмом

Суп картофельный с бобовыми, курицей и гречками

Макаронные отварные

Котлета рыбная (минтай) п/ф

Компот из апельсинов с яблоком

Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Кисломолочный напиток в ассортименте  
Печенье сахарное

Ужин: Рулет или запеканка картофельная с овощами  
Тефтели из говядины п/ф  
Компот из смородины  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

### **День 7.**

Завтрак: Каша пшенная жидкая  
Батон  
Сыр (порциями)  
Чай с сахаром и лимоном

2 – завтрак: Фрукт свежий в ассортименте

Обед: Салат из свежих помидоров  
Суп из овощей со сметаной с мясными фрикадельками  
Курица в соусе с томатом  
Рис припущенный  
Компот из изюма  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Кисломолочный напиток в ассортименте  
Печенье сахарное

Ужин: Картофельное пюре  
Биточки из говядины п/ф  
Кисель из концентрата плодового и ягодного  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

### **День 8.**

Завтрак: Каша рисовая вязкая с морковью  
Батон  
Повидло фруктовое  
Кофейный напиток на молоке с сахаром

2 – завтрак: Кисломолочный напиток в ассортименте

Обед: Салат из свеклы и моркови  
Суп лапша домашняя на курином бульоне  
Каша гречневая рассыпчатая  
Курица отварная

Компот из кураги  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Кекс с изюмом  
Компот из чернослива

Ужин: Вареники с картофелем п/ф  
Помидор свежий (не очищенный)  
Компот из свежих фруктов  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

### **День 9.**

Завтрак: Суп молочный с макаронными изделиями  
Батон  
Масло сливочное (порциями)  
Чай с сахаром

2 – завтрак: Кисломолочный напиток в ассортименте

Обед: Горошек консервированный после тепловой обработки  
Щи из свежей капусты со сметаной и курицей  
Картофель отварной  
Биточки из говядины п/ф  
Компот из вишни  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Фрукт свежий в ассортименте  
Зефир  
Какао с молоком

Ужин: Каша пшенная рассыпчатая  
Котлета куриная п/ф  
Напиток из шиповника  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

### **День 10.**

Завтрак: Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая  
Батон  
Сыр (порциями)  
Компот из смеси сухофруктов

2 – завтрак: Фрукт свежий в ассортименте

Обед: Салат из свежих помидоров с перцем  
Свекольник со сметаной  
Плов из курицы отварной  
Кисель из яблок и брусники  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт

Полдник: Напиток кисломолочный в ассортименте  
Пряник глазированный

Ужин: Пудинг из творога с рисом, со сгущенным молоком  
Чай с лимоном  
Хлеб ржаной, хлеб пшеничный 1 сорт