

## Примерное 10-дневное меню

**1-й день***Завтрак*

Каша «Геркулес» овсяная

Чай с молоком

Хлеб с маслом

*Обед*

Суп с фрикадельками

Гуляш с капустой

Компот вишневый

Хлеб

*Полдник*

Печенье домашнее

Чай с молоком

Конфеты карамель

**3-й день***Завтрак*

Каша гречневая

Чай с молоком

Хлеб с маслом

*Обед*

Суп щи

Котлеты с рисом

Компот абрикосовый

Салат морковно-яблочный

Хлеб

*Полдник*

Коржики

Чай с молоком

Конфеты карамель

**5-й день***Завтрак*

Каша молочная манная

Чай с сахаром

Печенье весовое

*Обед*

Суп борщевой

Гуляш с рисом

Салат из соленых огурцов

Кисель

Хлеб

*Полдник*

Рогалики

Яблоки

Чай с сахаром

**2-й день***Завтрак*

Каша молочная рисовая

Чай с сахаром

Хлеб с маслом

*Обед*

Суп-пюре гороховый

Гуляш с рожками

Кисель

Салат из свежих огурцов

Хлеб

*Полдник*

Бисквит с повидлом

Чай с молоком

Яблоки

**4-й день***Завтрак*

Каша геркулес овсяная

Чай с молоком

Хлеб с маслом

*Обед*

Суп с фрикадельками

Жаркое по-домашнему

Компот из черешни

Хлеб

*Полдник*

Пирожки с мясом запеченная

Чай с сахаром

Мандарины

**6-й день***Завтрак*

Каша гречневая

Чай с сахаром

Хлеб с маслом

*Обед*

Суп щи

Котлеты мясные с рисом

Сок золотой шар

Хлеб

*Полдник*

Бисквит с повидлом

Чай с молоком

Яблоки

## 7-й день

### *Завтрак*

Каша манная  
Чай сахаром  
Печенье весовое

### *Обед*

Суп борщовой  
Плов узбекский  
Компот их сухофруктов  
Хлеб

### *Полдник*

Ватрушки с повидлом  
Чай с сахаром

## 9-й день

### *Завтрак*

Каша молочная манная  
Чай с сахаром  
Хлеб с маслом

### *Обед*

Суп овощной  
Гуляш с рисом  
Компот абрикосовый  
Хлеб

### *Полдник*

Булочки сдобные  
Чай с сахаром  
Конфеты шоколадные

## 8-й день

### *Завтрак*

Суп молочный  
Чай с сахаром  
Хлеб с маслом

### *Обед*

Суп домашний  
Тефтели мясные с капустой  
Компот из сухофруктов  
Хлеб

Салат из помидоров

### *Полдник*

Печенье домашнее  
Чай с сахаром

## 10-й день

### *Завтрак*

Каша овсяная  
Чай с молоком  
Хлеб с маслом

### *Обед*

Суп щи  
Гуляш с гречкой  
Сок золотой шар  
Хлеб

### *Полдник*

Пирог с вареньем  
Чай с сахаром