

	Ежедневно	1 день	2 день	3 день	4 день
Завтрак	<p>Чай, сахар, лимон. Компот из свежих ягод. Джем. Сгущенное молоко. Сливочное масло. Сметана. Нарезка – сыр, колбаса. Сухие завтраки – 2 вида.</p>	<p>Каша Геркулесовая молочная. Какао на молоке. Омлет натуральный. Сосиски отварные. Запеканка творожная с ягодами. Оладьи.</p>	<p>Каша Манная. Какао на молоке. Гренки в яйце. Сардельки отварные. Сырники творожные. Яблоки запеченные. Кабачковая икра.</p>	<p>Каша Рисовая молочная. Какао на молоке. Фриттата с помидорами. Сосиски запеченные. Творожный пудинг с апельсином. Блины русские.</p>	<p>Каша Пшенная молочная. Какао на молоке. Горячие бутерброды с сыром и помидорами. Колбаса Докторская отварная. Яйцо отварное. Груши запеченные с творогом.</p>
Обед	<p>Чай, сахар, лимон. Компот из свежих ягод. Сметана. Нарезка – огурцы, помидоры.</p>	<p>Суп картофельный с фрикадельками. Суп овощной. Котлета мясная рубленая. Индейка с зеленой фасолью. Пюре картофельное. Запеченные кабачки под сырной корочкой. Салат свекольный с брынзой, с оливковым маслом.</p>	<p>Щи из свежей капусты. Суп чечевичный с курицей. Курица запеченная. Тефтели из говядины под томатным соусом. Гречка отварная. Овощное соте. Салат из пекинской капусты с болгарским перцем. Нарезка из помидора и перца.</p>	<p>Борщ. Суп «Норвежский» с семгой. Язык отварной. Зразы с овощами. Макароны отварные. Брокколи на пару. Салат</p>	<p>Суп–лапша куриный. Крем-суп из брокколи со сливками. Биточки куриные. Бефстроганов из говядины. Гречка отварная. Стручковая фасоль с яйцом и луком. Салат</p>
Ужин		<p>Филе трески запеченное с помидором. Мусака Греческая. Спагетти отварные. Запеченная морковь с капустой и болгарским перцем. Салат Салат</p>	<p>Поджарка из индейки. Наггетсы куриные запеченные. Рис по-гавайски. Запеканка из цветной капусты. Салат витаминный. Салат</p>	<p>Филе куриное под овощной шубой. Рыбная котлета. Кускус отварной с овощами. Картофель отварной. Салат Салат</p>	<p>Пельмени отварные. Кальмары с овощами. Рис отварной с куркумой. Овощное рагу. Салат Салат</p>

	Ежедневно	5 день	6 день	7 день	8 день
Завтрак		Каша Геркулесовая молочная. Какао на молоке Омлет с сыром. Кнели куриные паровые. Блины с джемом. Творожная запеканка с шоколадом.	Каша Дружба (рис + пшено) молочная. Какао на молоке. Омлет воздушный. Сосиски отварные. Запеканка геркулесовая с курагой. Панкейки банановые.	Каша Ячневая молочная. Какао на молоке. Овощные биточки. Колбаса Докторская отварная. Рулет творожный с вишней. Вафли Венские.	Каша Манная. Какао на молоке. Сардельки отварные. Фриттата с помидором. Палочки творожные. Оладьи с яблоками.
Обед		Суп гороховый с мясом. Суп овощной. Индейка под ананасом. Тефтели куриные под белым соусом. Макароны овощные. Капуста тушеная с морковью и болгарским перцем. Салат Салат	Щи из шпината с яйцом. Суп из кускуса с индейкой и томатами. Люля-кебаб из курицы. Говядина отварная. Картофель отварной с маслом и зеленью. Баклажаны запеченные. Салат Салат	Рассольник «Ленинградский». Суп с фрикадельками. Крылышки куриные запеченные в кунжute. Овощное рагу. Спагетти отварные. Салат Салат	Борщ с мясом. Суп «Поливой». Биточки «Центральные» с сыром. Филе трески запеченное с овощами. Гречка отварная. Овощи на пару. Салат Салат
Ужин		Перец фаршированный. Ножки куриные запеченные. Макароны отварные. Цветная капуста в сливочном соусе. Салат Салат	Котлета «Домашняя». Плов с курицей. Гречка отварная. Овощная лазанья. Салат Салат	Ежики мясные. Фрикасе из курицы с болгарским перцем. Булгур с овощами. Пюре картофельное. Салат Салат	Картофель запеченный с мясом. Индейка в сливочном соусе. Кабачки запеченные с сыром. Полента с помидорами. Салат Салат

	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день
Завтрак	Каша Рисовая с тыквой. Какао на молоке. Яйцо отварное. Горячие бутерброды с колбасой и сыром. Манник с шоколадом. Яблоки запеченные с творогом и вишней.	Каша Геркулесовая с курагой. Какао на молоке. Драники картофельные. Сосиски отварные. Пудинг лимонный. Фриттата с болгарским перцем.	Каша «3 злака» (Ячка, пшено, пшеница). Какао на молоке. Омлет натуральный с зеленью. Блины по-датски с колбасой. Творожная запеканка с тыквой и курагой. Груша запеченная.	Каша Кукурузная молочная. Какао на молоке. Вареники с картошкой. Овощи запеченные. Омлет с колбасой. Творожные шарики с кокосом.	
Обед	Суп фасолевый. Суп вермишелевый куриный. Рулет мясной с овощами. Запеченное куриное филе. Картофельный гратен. Овощная лазанья. Салат Салат	Суп из цветной капусты с индейкой. Суп гороховый. Филе куриное в сливочном соусе. Голубцы домашние. Картофель отварной. Стручковая фасоль с болгарским перцем и луком. Салат Салат	Борщ. Суп из булгура с индейкой. Котлета куриная. Рагу из индейки с овощами. Гречка отварная. Цветная капуста запеченная. Салат Салат	Суп-лапша с курицей. Щи из свежей капусты. Люля-кебаб из индейки. Крылья куриные запеченные. Овощная запеканка. Нут отварной. Салат Салат	Щи зеленые с яйцом. Суп картофельный с фрикадельками. Суфле птицы. Солянка по-грузински. Гречка отварная. Цветная капуста в сухарях или брокколи. Салат Салат
Ужин	Филе индейки с черносливом. Биточки мясные в сухарях. Макароны отварные с сыром. Капуста запеченная с болгарским перцем. Салат Салат	Биточки из индейки. Курица запеченная. Кабачки, баклажаны запеченные. Булгур с овощами. Котлетки чечевично-рисовые. Салат Салат	Мусака Греческая. Куриная грудка с томатами и кабачками. Овощное соте. Ризотто с овощами. Салат Салат	Шницель куриный в сухарях. Бефстроганов из печени с морковью и луком. Пюре картофельное. Гречанки. Салат Салат	Лазанья. Куриные шашлычки. Запеченный картофель. Овощи – гриль. Салат Салат