

10-ДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Неделя 1	Неделя 2
День 1 (понедельник)	День 6 (понедельник)
Завтрак	Завтрак
Каша овсяная, бутерброд с маслом	Каша пшеничная, бутерброд с маслом
Чай	Чай
Обед	Обед
Щи на говяжьем бульоне	Борщ с говядиной
Гуляш из говядины	Хлеб
Хлеб	Плов из курицы
Гречка	Огурцы свежие
Морковь с яблоком	Вишневый морс
Вишневый морс	
День 2 (вторник)	День 7 (вторник)
Завтрак	Завтрак
Каша манная, тост с сыром	Каша рисовая, бутерброд с повидлом
Какао	Чай
Обед	Обед
Суп куриный с клецками	Суп куриный с вермишелью
Фрикадельки куриные	Пюре
Хлеб	Котлета из говядины
Макаронные изделия	Зеленый горошек
Свекла с черносливом	Кисель из смородины
Кисель из смородины	Хлеб
День 3 (среда)	День 8 (среда)
Завтрак	Завтрак
Каша пшеничная с тыквой, тост	Каша манная, тост с сыром
Чай	Чай
Обед	Обед
Суп с фрикадельками	Суп гороховый
Хлеб	Тефтели из говядины
Горбуша запечённая	Гречка
Картофельное пюре	Капуста с морковью
Капуста с морковью	Хлеб
Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов
День 4 (четверг)	День 9 (четверг)
Завтрак	Завтрак
Молочный суп с вермишелью	Молочный суп с вермишелью, тост
Бутерброд с маслом, чай	Чай
Обед	Обед
Суп рыбный	Суп с фрикадельками
Хлеб	Запечённый картофель
Ленивые голубцы	Минтай запеченный
Гречка	Винегрет
Винегрет	Кисель из шиповника
Кисель из шиповника	

День 5 (пятница)	День 10 (пятница)
Завтрак	Завтрак
Запеканка из творога и сгущенкой	Сырники со сладким соусом или сгущенкой
Чай с молоком	Чай с молоком
Обед	Обед
Суп с чечевицей	Рассольник на говяжьем бульоне
Хлеб	Хлеб
Биточки куриные	Куриная котлета
Макаронные изделия	Рис
Салат из свежих огурцов	Капуста со свежим огурцом и болгарским перцем
Компот с курагой	Компот с курагой