

1 неделя (примерного диетического 10 дневного меню)

	Понедельник	вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Сыр твердый Яйцо Чай с сахаром и лимоном Хлеб пшеничный.	Масло сливочное Каша гречневая с маслом и сахаром Хлеб пшеничный Чай сладкий	Сыр твердый Каша ячневая с сахаром и маслом Хлеб пшеничный Чай	Масло сливочное Каша гречневая с маслом и сахаром Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Сыр твердый Каша из хлопьев «Геркулес» с сахаром и маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный Мармелад жележный
2 завтрак	Сок фруктово-ягодный	Фрукты свежие	Сок фруктово-ягодный	Сок фруктово-ягодный	Сок фруктово-ягодный
Обед	Салат из консервированной кукурузы с растительным маслом Суп картофельный с рыбными консервами Запеканка картофельная с мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Салат из свеклы с сыром с маслом растительным Суп гороховый с гренками Каша рисовая Курица отварная Кисель из концентрата Хлеб ржаной	Огурцы свежие с помидорами Суп с клецками Мясо тушеное с овощами Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Салат овощной с яблоками и с маслом растительным Щи на мясном бульоне со сметаной Биточки рыбные (запеченные) Соус сметанный с томатом Макаронные изделия отварные Напиток из шиповника Хлеб ржаной	Салат из картофеля с зеленым горошком Свекольник на мясном бульоне со сметаной Плов из курицы Компот из сухофруктов Хлеб ржаной
Полдник	Пряники Чай с молоком	Печенье Чай сладкий	Печенье Чай сладкий	Вафли Чай сладкий	Булочка дорожная Чай сладкий
Ужин	Вермишель отварная Хлеб пшеничный Чай сладкий	Курица отварная Картофель отварной Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Вермишель отварная Хлеб пшеничный Чай с сахаром Яйцо вареное 1\2	Пшено Чай с сахаром и лимоном Хлеб пшеничный	Яйцо Хлеб пшеничный Чай с сахаром