**Примерное меню выходного дня**

|  |  |
| --- | --- |
| **1 вариант** | **Завтрак**  Каша рисовая молочная  Печенье  Какао с молоком  **Обед**  Салат из огурцов (помидоров)  Суп картофельный с бобовыми  Суфле куриное  Пюре картофельное  Компот из сухофруктов  Хлеб ржаной  **Полдник**  Сок томатный  **Ужин**  Ленивые вареники со сметаной  Чай  Хлеб пшеничный |
| **2 вариант** | **Завтрак**  Омлет натуральный  Кофейный напиток с молоком  Хлеб пшеничный  **Обед**  Салат из зеленого горошка с луком  Щи из капусты с картофелем  Тефтели мясные с соусом  Картофель отварной  Кисель  Хлеб ржаной  **Полдник**  Кефир  **Ужин**  Пудинг творожный с вареньем  Чай  Печенье |
| **3 вариант** | **Завтрак**  Салат из моркови с яблоками  Пудинг из творога со сметаной  Кофейный напиток с молоком  **Обед**  Салат "Солнечный"  Рассольник со сметаной  Гуляш  Пюре картофельное  Сок  Хлеб ржаной  **Полдник**  Бутерброд с медом  Молоко  Фрукты  **Ужин**  Рыба запеченная в сметане с морковью  Сложный гарнир  Кефир  Печенье |
| **4 вариант** | **Завтрак**  Омлет с сыром  Каша жидкая молочная манная  Кофейный напиток с молоком  Сухарик  **Обед**  Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком  Суп картофельный с зеленым горошком  Биточки рыбные  Морковь тушенная в сметанном соусе  Кисель  Хлеб ржаной  **Полдник**  Кефир  Зефир  Фрукты  **Ужин**  Курица, тушенная с овощами  Молоко  Печенье |
| **5 вариант** | **Завтрак**  Салат из свежих овощей  Каша гречневая  Кофейный напиток с молоком  Бутерброд с маслом  **Обед**  Салат овощной  Щи из свежей капусты со сметаной  Котлета мясная  Пюре картофельное  Компот  **Полдник**  Молоко  Печенье  **Ужин**  Тефтели рыбные  Капуста тушенная  Кефир  Хлеб пшеничный |
| **6 вариант** | **Завтрак**  Салат овощной  Кнели рыбные  Картофель жареный  Чай  Бутерброд с маслом  **Обед**  Суп рисовый  Курица с овощным гарниром  Компот из сухофруктов  **Полдник**  Молоко  Сухарик  **Ужин**  Запеканка творожная со сметаной  Чай с молоком  Бутерброд с сыром |