

**Примерное меню выходного дня  
1 неделя**

**Суббота**

|         |   |
|---------|---|
| Завтрак | Каша гречневая рассыпчатая  |
|         | Сосиска   |
|         | Кофейный напиток с молоком/какао с молоком, хлеб пшеничный с маслом |
| Обед    | Салат из квашеной капусты с растительным маслом                     |
|         | Суп геркулесовый, хлеб  |
|         | Картофельное пюре, биточки мясные                                   |
|         | Компот из сухофруктов   |
| Полдник | Кефир, печенье, фрукты  |
| Ужин    | Тушеная морковь, оладьи со сметаной                                 |
|         | Чай с молоком   |

**Воскресенье**

|         |  |
|---------|--|
| Завтрак | Творожная запеканка со сметаной                            |
|         | Кофейный напиток с молоком/какао с молоком, батон с маслом |
| Обед    | Бульон куриный с гренками (или лапшой)                     |
|         | Тушеная капуста, котлета куриная или отварная курица       |
|         | Компот из сухофруктов                                      |
| Полдник | Молоко, сдоба, бананы                                      |
| Ужин    | Каша пшенная молочная                                      |
|         | Чай с молоком  |
|         | Батон с вареньем   |

**2 неделя****Суббота**

|         |  |
|---------|--|
| Завтрак | Пудинг из печени или печень жареная                        |
|         | Каша рисово-пшенная  |
|         | Кофейный напиток с молоком/какао с молоком, батон с маслом |
| Обед    | Салат картофельный с зеленым горошком                      |
|         | Рассольник, хлеб   |
|         | Овощное рагу, рулет мясной                                 |
|         | Сок  |
| Полдник | Молоко, гренки, фрукты                                     |
| Ужин    | Картофельное пюре, котлета рыбная                          |
|         | Чай, батон   |

**Воскресенье**

|         |   |
|---------|---|
| Завтрак | Омлет, манная каша  |
|         | Кофейный напиток с молоком/какао с молоком, батон с маслом          |
| Обед    | Салат из квашеной капусты или соленых огурцов с растительным маслом |
|         | Суп фасолевый или гороховый, хлеб                                   |
|         | Картофельное пюре, шницель мясной или гуляш                         |
|         | Компот из сухофруктов   |
| Полдник | Чай с молоком, сдобная булочка, сырок творожный с изюмом            |
| Ужин    | Ленивые вареники со сметаной  |
|         | Чай, батон, фрукты  |