

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак

Каша 4 злака на воде
Каша 4 злака на молоке
Омлет с зеленью
Йогурт фруктовый порционный
Овощи натуральные свежие
Масло сливочное (порциями)
Хлеб зерновой пшеничный
Чай черный

Второй завтрак

Компот из ягод замороженных
Фрукты свежие (банан и слива)

Обед

Салат из помидор с сыром моцарелла и рукколой
Овощи натуральные свежие
Сельдь с луком и маслом
Суп-пюре из кабачков
Бульон мясной натур
Пельмени мясные
Азу по-татарски
Говядина отварная
Курица запеченная с овощами
Рис отварной
Капуста цветная/брокколи
Лапша пшеничная удон
Хлеб зерновой пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами
Компот из ягод
Фрукты свежие

Полдник/ужин

Пряник
Кисломолочный напиток (ряженка)
Овощи натуральные свежие
Котлета куриная
Каша гречневая рассыпчатая
Напиток из шиповника

