



ПРИМЕР БАЗОВОГО МЕНЮ

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Овсяная каша / Корнфлекс с молоком• Тост с маслом и сыром• Сухофрукты, чай
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">• Салат из свежих овощей• Суп из зеленой чечевицы• Куриные шашлычки/Соус овощной• Рис с овощами
Полдник	<ul style="list-style-type: none">• Кекс творожный/банан• Компот из черной смородины

ВТОРНИК

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Каша «4 злака»/Творожная запеканка со сметаной• Тост с маслом и сыром• Сухофрукты, чай
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">• Салат из моркови с изюмом• Суп-пюре овощной с гренками• Рулет мясной, фаршированный яйцом• Картофельное пюре
Полдник	<ul style="list-style-type: none">• Сконы сырные с овощными палочками /фрукт по сезону• Морс из клюквы

СРЕДА

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Рисовая каша/Гранола ягодная с молоком• Тост с маслом и сыром• Сухофрукты, чай
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">• Салат из свежих огурцов с редисом и оливковым маслом• Суп с фрикадельками• Лангер из индейки/Соус овощной• Гречка отварная
Полдник	<ul style="list-style-type: none">• Ватрушка с творогом/фрукт по сезону• Компот из сухофруктов



ПРИМЕР БАЗОВОГО МЕНЮ

ЧЕТВЕРГ

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">Гречневая каша/ Омлет запеченныйТост с маслом и сыромСухофрукты, чай
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">Салат из китайской капусты с кукурузой и зеленьюСвекольник со сметанойТреска, запеченная с лимоном /Кус-кус с овощами и сливочно-шпинатный соус
Полдник	<ul style="list-style-type: none">Блинчики с джемомКомпот из свежих фруктов

ПЯТНИЦА

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">Пшененная кашаТост с маслом и сыромТворог «Агуша»Сухофрукты, чай
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">ВинегретАнглийский куриный супГолубцы ленивыеПаста «Пенне»
Полдник	<ul style="list-style-type: none">Слойка с яблокомКомпот из вишни