МЕНЮ

НЕДЕЛЯ 1

ПОНЕДЕЛЬНИК

ЗАВТРАК

- **КАША ОВСЯНАЯ** с топлёным маслом на кокосовом молоке
- **БУТЕРБРОД** со сливочным маслом / творожным сыром / запечёной куриной грудкой/ листья салата/ свежие овощи
- **ЯЙЦО** отварное
- Чай/ какао

ОБЕД

- **СУП КУРИНЫЙ** с лапшой
- **РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ** с брокколи и картофелем по-деревенски + соус сливочный тартар
- **ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА** (морковь, огурцы, капуста)
- Компот яблочный

ПОЛДНИК

- **КОНВЕРТИКИ** с творогом
- **ЯБЛОКО**
- Чай

УЖИН

- **КОТЛЕТКИ РУБЛЕНЫЕ** + сливочный соус, кус-кус с морковью, луком и болгарским перцем
- Чай

ВТОРНИК

ЗАВТРАК

- **КАША РИСОВАЯ** с топлёным маслом на кокосовом молоке
- **ВАРЕНИКИ** с вишней со сметаной
- **ЯЙЦО** отварное
- Чай / какао

ОБЕД

- **КРЕМ-СУП** сырный с гренками
- **ПАСТА БОЛОНЬЕЗЕ**
- **ОВОЩНОЙ САЛАТ** (помидоры, огурцы, зелень, оливковое масло)
- Кисель ассорти

ПОЛДНИК

- **ЯБЛОЧНЫЙ ДЕСЕРТ**
- **БАНАН**
- Чай

УЖИН

- **ТУШЁНАЯ КАПУСТА** с индейкой
- Чай

СРЕДА

ЗАВТРАК

- **КАША МАННАЯ** с топлёным маслом на кокосовом молоке
- **БУТЕРБРОД** со сливочным маслом / творожным сыром / запечёной куриной грудкой/ листья салата/ свежие овощи
- **ОМЛЕТ**
- Чай/ какао

ОБЕД

- **БОРЩ** со сметаной
- **ФРИКАДЕЛЬКИ** с томатным соусом с запечёным картофелем и тыквой
- **САЛАТ** из квашеной капусты
- Компот из сухофруктов

ПОЛДНИК

- **КЕКС** творожный
- **МАНДАРИН**
- Чай

УЖИН

- **РИС С ИНДЕЙКОЙ** и овощами
- Чай

ЧЕТВЕРГ

ЗАВТРАК

- **КАША ГРЕЧНЕВАЯ** с топлёным маслом на кокосовом молоке
- **СЫРНИКИ** с джемом/ сметаной
- **ЯЙЦО** отварное
- Чай/какао

ОБЕД

- **БЛЮДА ОТ ШЕФА**
- Напиток из шиповника

ПОЛДНИК

- **БЛЮДО ОТ ШЕФА**
- **ЯБЛОКО**
- Чай

УЖИН

- **БЛЮДО ОТ ШЕФА**
- Чай

ПЯТНИЦА

ЗАВТРАК

- **БЛИНЧИКИ** с джемом / сметаной
- **ОМЛЕТ**
- Чай /какао

ОБЕД

- **КРЕМ-СУП** из тыквы с гренками
- **КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ** с картофельным пюре и брокколи
- **САЛАТ ВИТАМИННЫЙ** из капусты и моркови
- Компот из вишни

ПОЛДНИК

- **КЕКС** шоколадный
- **МАНДАРИН**
- Чай

УЖИН

- **ВАФЛИ** картофельные со сметаной
- Чай

Смарт Скул

НОВАЯ РИГА

