

МЕНЮ

Дни недели	Завтрак	Обед	Полдник
Понедельник	1.Сырники с медом, с фруктами и орехами 2. Йогурт	1.Овощная нарезка 2.Томатный суп 3.Плов с говядиной и нутом 4. Компот	1.Яблочный пирог 2. Чай
Вторник	1.Овсяная каша\ тост с джемом 2. Какао	1.Салат морковный 2.Красный борщ со сметаной 3.Рис с говяжьими котлетами 4. Компот	1.Пирог с овощами и зеленью 2. Компот
Среда	1.Пшённая каша с яблоками 2. Молоко	1. Салат свекольный 2. Рисовый суп с овощами 3. Макароны твердых сортов с мясом 4. Компот	1.Пирожки с картошкой и тыквой 2. Чай
Четверг	1.Омлет с сыром \ свежий салат 2. Компот	1. Салат свежий 2. Овощной суп 3. Орото с картофелем, тыквой и шпинатом 4. Компот	1.Самсушки с картошкой и зеленью 2. Компот
Пятница	1.Рисовая каша 2.Йогурт	1.Салат капустный 2.Куриный суп с нутом 3.Лазанья с овощами на пару 4. Компот	1.Овсяное и кукурузное печенье 2. Чай

*** Данное меню составлено диетологами и педиатрами школы с учетом коэффициента полезности продуктов и необходимых витаминов для растущего организма.