

Комплексное меню

Вариант 1

Обед

Салат «Крабик» (пекинская капуста, крабовые палочки, свежий огурец, яйца, кукуруза, зелень, домашний майонез)	100 гр.
Борщ с пампушками	300 гр/2шт
Котлеты куриные рубленые	100 гр.
Картофель отварной с маслом и зеленью	200 гр.
Шарлотка с яблоками	100 гр.
Компот из ягод	200 гр.
Хлеб домашний	26/2ч

Ужин

Рагу овощное	150 гр
Мясо по – французски	150 гр
Салат из свежей капусты с куриной грудкой (капуста, огурец, яйца, куриное филе, укроп, йогурт)	100 гр
Ватрушка с творогом	1 шт
Чай/кофе	200 гр
Хлеб	26/2ч

Комплексное меню

Вариант 2

Обед

Салат с жареными баклажанами (говядина, баклажан, картофель, помидор, огурец, зелень, домашний майонез)	100 гр.
Суп куриный с домашней лапшой или клецками	300 гр.
Котлета домашняя	100 гр.
Картофель по - деревенски	200 гр.
Кекс творожный	1 шт.
Компот из сухофруктов	200 гр.
Хлеб домашний	26/2ч

Ужин

Жаркое из свинины с шампиньонами в горшочке	300 гр.
Салат из свежих овощей (помидор, огурец, перец, лук, зелень)	100 гр.
Слойка с творогом	1 шт.
Чай/кофе	200 гр.
Хлеб	26/2ч

Комплексное меню

Вариант 3

Обед

Салат «Мясной» (картофель, мясо, морковь, свежий огурец, яйца, соленый огурец, горошек, зелень, домашний майонез)	100 гр.
Уха	300 гр.
Бёдрышки куриные жареные	150 гр.
Пюре картофельное	200 гр.
Пирог «Царская ватрушка»	100 гр.
Морс ягодный	200 гр.
Хлеб домашний	26/2ч

Ужин

Пельмени домашние со сметаной	250 гр./10гр.
Салат из свежей капусты с горошком и огурцом (капуста, горошек, огурец, зелень, домашний майонез)	100 гр.
Ушки с корицей	1 шт.
Чай/кофе	200 гр.
Хлеб	26/2ч