**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДОМАШНИХ УЖИНОВ**

1 неделя

**Понедельник**

• Овощи, тушеные в сметане 150

• рыбная котлета 50

• Чай 200

• Печенье 20

**Вторник**

• Оладьи с изюмом 150

• Молоко 200

• Фрукты 50

**Среда**

• Морковно-картофельное пюре 80-100

• Курица отварная 80

• Огурец 50

• Чай с молоком 200

• Булка 40

**Четверг**

• Ленивые вареники 150

• Молочная подлива 50

• Какао 200

• Фрукты 50

**Пятница**

• Зелёный горошек 60

• Омлет 80

• Молоко 200

• Печенье 30

• Фрукты 50

**2 неделя**

**Понедельник**

• Свёкла с морковкой тушеные 130

• Котлета 70

• Кефир 200

• Печенье 30

• Фрукты 50

**Вторник**

• Салат из огурцов с зелёным горошком 50

• Картофельное пюре 100

• котлета из индейки на пару 50

• Чай 200

• Булка 40

• Фрукты 50

**Среда**

• Овощное рагу 150

• Рыба отварная 60

• Чай с молоком 200

• Печенье 30

**Четверг**

• Сырники с яблоком 130-150

• Сладкая подлива 50

• Молоко 200

**Пятница**

• Салат морковный 100

• Шарлотка с яблоками 80

• Молоко 200