

## **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