



ENS МЕНЮ

с 26 по 30 ноября 2019 г.

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Овсяная каша• Тост с маслом и сыром• Сухофрукты, какао/чай
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">• Свежие овощи и свекла запеченная• Суп гороховый• Куриное филе в сливочном соусе и гречка отварная
Полдник	<ul style="list-style-type: none">• Запеканка творожная с курагой и сметаной• Компот из яблок/молоко
Ужин	<ul style="list-style-type: none">• Горячий бутерброд с помидорами и сыром• Чай с лимоном

ВТОРНИК

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Каша «4 злака»• Тост с маслом и сыром• Сухофрукты, какао/чай
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">• Свежие овощи и молодой горошек на пару• Суп со шпинатом и перепелиным яйцом• Телятина с овощами и паста «Фарфалле»
Полдник	<ul style="list-style-type: none">• Печенье «Fårjack» /йогурт натуральный и фруктовое пюре• Компот из сухофруктов
Ужин	<ul style="list-style-type: none">• Рисовая лапша с овощами• Чай

СРЕДА

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Рисовая каша• Яйцо перепелиное• Сухофрукты, какао/чай с молоком
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">• Свежие овощи и кукуруза на пару• Суп «Минестроне» с буквами• Ежики из индейки с тыквой и картофель с зеленью
Полдник	<ul style="list-style-type: none">• Сырники со сметаной /фрукты по сезону• Компот из ягод/кефир
Ужин	<ul style="list-style-type: none">• Куриное филе, запеченное с помидорами и сыром моцарелла и салат из моркови с яблоком• Чай



ENS МЕНЮ с 26 по 30 ноября 2019 г.

ЧЕТВЕРГ

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Гречневая каша• Тост с маслом и сыром• Сухофрукты, какао/чай
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">• Свежие овощи и морковь на пару• Суп-пюре из кабачков с зеленым горошком и гренками• Кнели рыбные, рис с овощами и сливочно-шпинатный соус
Полдник	<ul style="list-style-type: none">• Блинчики с/ медом/ джемом• Морс из клюквы
Ужин	<ul style="list-style-type: none">• Пудинг из индейки и салат листовой с оливковым маслом• Чай

ПЯТНИЦА

Завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Пшеничная каша• Творог «Агуша»• Сухофрукты, какао/чай фруктовый
Фруктовый завтрак	<ul style="list-style-type: none">• Фрукты по сезону
Обед	<ul style="list-style-type: none">• Свежие овощи и брокколи на пару• Суп куриный• Митболы в томатном соусе и булгур с овощами
Полдник	<ul style="list-style-type: none">• Пирожки с яблоком• Отвар шиповника
Ужин	<ul style="list-style-type: none">• Омлет и салат из свежих помидор с зеленью и оливковым маслом• Чай с лимоном