



ENS МЕНЮ

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак	- Овсяная каша - Тост с маслом и сыром - Сухофрукты, какао/чай
Фруктовый завтрак	Фрукты по сезону
Обед	- Свежие овощи и свекла запеченная - Суп гороховый - Куриное филе в сливочном соусе и гречка отварная
Полдник	- Запеканка творожная с курагой и сметаной - Компот из яблок/молоко
Ужин	- Горячий бутерброд с помидорами и сыром - Чай с лимоном

ВТОРНИК

Завтрак	- Каша «4 злака» - Тост с маслом и сыром - Сухофрукты, какао/чай
Фруктовый завтрак	Фрукты по сезону
Обед	- Свежие овощи и молодой горошек на пару - Суп со шпинатом и перепелиным яйцом - Телятина с овощами и паста «Фарфалле»
Полдник	- Печенье «Flapjack» /йогурт натуральный и фруктовое пюре - Компот из сухофруктов
Ужин	- Рисовая лапша с овощами - Чай

СРЕДА

Завтрак	- Рисовая каша - Яйцо перепелиное - Сухофрукты, какао/чай с молоком
Фруктовый завтрак	Фрукты по сезону
Обед	- Свежие овощи и кукуруза на пару - Суп «Минестроне» с буквами - Ежики из индейки с тыквой и картофель с зеленью
Полдник	- Сырники со сметаной /фрукты по сезону - Компот из ягод/кефир
Ужин	- Куриное филе, запеченное с помидорами и сыром моцарелла и салат из моркови с яблоком - Чай



ENS МЕНЮ

ЧЕТВЕРГ

Завтрак	- Гречневая каша - Тост с маслом и сыром - Сухофрукты, какао/чай
Фруктовый завтрак	Фрукты по сезону
Обед	- 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	- Блинчики с/ медом/ джемом - Морс из клюквы
Ужин	- Пудинг из индейки и салат листовой с оливковым маслом - Чай

ПЯТНИЦА

Завтрак	- Пшеничная каша - Творог «Агуша» - Сухофрукты, какао/чай фруктовый
Фруктовый завтрак	Фрукты по сезону
Обед	- Свежие овощи и брокколи на пару - Суп куриный - Митболы в томатном соусе и булгур с овощами
Полдник	- Пирожки с яблоком - Отвар шиповника
Ужин	- Омлет и салат из свежих помидор с зеленью и оливковым маслом - Чай с лимоном