

Примерное меню выходного дня

| | |
|------------------|---|
| 1 вариант | <p style="text-align: center;">Завтрак Каша рисовая молочная Печенье Какао с молоком</p> <p style="text-align: center;">Обед Салат из огурцов (помидоров) Суп картофельный с бобовыми Суфле куриное Пюре картофельное Компот из сухофруктов Хлеб ржаной</p> <p style="text-align: center;">Полдник Сок томатный</p> <p style="text-align: center;">Ужин Ленивые вареники со сметаной Чай Хлеб пшеничный</p> |
| 2 вариант | <p style="text-align: center;">Завтрак Омлет натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный</p> <p style="text-align: center;">Обед Салат из зеленого горошка с луком Щи из капусты с картофелем Тефтели мясные с соусом Картофель отварной Кисель Хлеб ржаной</p> <p style="text-align: center;">Полдник Кефир</p> <p style="text-align: center;">Ужин Пудинг творожный с вареньем Чай Печенье</p> |
| 3 вариант | <p style="text-align: center;">Завтрак Салат из моркови с яблоками Пудинг из творога со сметаной Кофейный напиток с молоком</p> <p style="text-align: center;">Обед Салат "Солнечный" Рассольник со сметаной Гуляш</p> |

| | |
|-------------------------|---|
| | <p> Пюре картофельное Сок Хлеб ржаной Полдник Бутерброд с медом Молоко Фрукты Ужин Рыба запеченная в сметане с морковью Сложный гарнир Кефир Печенье </p> |
| <p>4 вариант</p> | <p> Завтрак Омлет с сыром Каша жидкая молочная манная Кофейный напиток с молоком Сухарик Обед Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком Суп картофельный с зеленым горошком Биточки рыбные Морковь тушенная в сметанном соусе Кисель Хлеб ржаной Полдник Кефир Зефир Фрукты Ужин Курица, тушенная с овощами Молоко Печенье </p> |
| <p>5 вариант</p> | <p> Завтрак Салат из свежих овощей Каша гречневая Кофейный напиток с молоком Бутерброд с маслом Обед Салат овощной Щи из свежей капусты со сметаной Котлета мясная Пюре картофельное Компот </p> |

| | |
|------------------|--|
| | <p>Полдник Молоко Печенье</p> <p>Ужин Тефтели рыбные Капуста тушенная Кефир Хлеб пшеничный</p> |
| 6 вариант | <p>Завтрак Салат овощной Кнели рыбные Картофель жареный Чай Бутерброд с маслом</p> <p>Обед Суп рисовый Курица с овощным гарниром Компот из сухофруктов</p> <p>Полдник Молоко Сухарик</p> <p>Ужин Запеканка творожная со сметаной Чай с молоком Бутерброд с сыром</p> |