

Меню комплексное ТК «Живые родники»

Вариант №1.

Завтрак:

- Яичница из 2-х яиц;
- батон 2 кус + слив. масло + сыр;
- чай/сахар.

Обед:

- Щи с мясом;
- куриная отбивная, картофельное пюре;
- салат «Крабовый»;
- хлеб ржаной, батон
- компот из ягод.

Ужин:

- котлета мясная;
- макароны;
- салат «Оливье»;
- хлеб ржаной, батон;
- чай/сахар.

Вариант №2

Завтрак:

- блины со сметаной 2шт;
- бутерброд сливочным маслом и сыром 1 шт.;
- чай/сахар.

Обед:

- Суп лапша куриная;
- рыба запеченная, рис отварной;
- салат «Винегрет»;
- хлеб ржаной, батон;
- компот из ягод.

Ужин:

- Грудка куриная + макароны;
- салат из свежей капусты;
- хлеб ржаной, батон;
- чай/сахар.