



ПОСТНОЕ МЕНЮ

1 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

Каша овсяная «Геркулес»
Капуста цветная с овощами
Кофе с сахаром

ОБЕД

Фрукты
Салат витаминный
Суп грибной
Картофель отварной
Брокколи
Огурец свежий
Компот из сушеных фруктов
Напиток из плодов шиповника

УЖИН

Винегрет овощной
Каша гречневая с овощами
Огурец соленый
Сок фруктовый
Кисель

ХЛЕБ

Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной



ПОСТНОЕ МЕНЮ

2 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

Каша «Дружба»
Рис с овощами
Чай с сахаром

ОБЕД

Фрукты
Дайкон с маслом и зеленью
Суп овощной
Рагу овощное
Огурец свежий
Компот из сушеных фруктов
Напиток из плодов шиповника

УЖИН

Свекла по-корейски
Картофель запеченный
Капуста квашеная
Сок фруктовый
Чай

ХЛЕБ

Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной



ПОСТНОЕ МЕНЮ

3 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

Каша ячневая
Каша гречневая
Брокколи
Чай с сахаром

ОБЕД

Фрукты
Салат витаминный
Крем-суп грибной
Булгур с овощами
Огурец свежий
Компот из сушеных фруктов
Напиток из плодов шиповника

УЖИН

Свекла отварная
Картофель запеченный
Капуста тушеная
Икра кабачковая
Сок фруктовый
Чай с сахаром

ХЛЕБ

Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной



ПОСТНОЕ МЕНЮ

4 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

Каша овсяная «Геркулес»
Капуста цветная с овощами
Кофе с сахаром

ОБЕД

Фрукты
Салат по-деревенски
Борщ
Каша гречневая
Томаты свежие
Компот из сушеных фруктов
Напиток из плодов шиповника

УЖИН

Винегрет овощной
Крупа перловая с овощами
Кукуруза консервированная
Сок фруктовый
Кисель

ХЛЕБ

Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной



ПОСТНОЕ МЕНЮ

5 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

Каша манная
Фасоль стручковая
Чай с сахаром

ОБЕД

Фрукты
Квашенная капуста с клюквой
Щи
Рис с овощами
Огурец свежий
Компот из сушеных фруктов
Напиток из плодов шиповника

УЖИН

Салат легкий
Каша пшенная
Огурец соленый
Сок фруктовый
Чай с сахаром

ХЛЕБ

Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной



ПОСТНОЕ МЕНЮ

6 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

Каша «Дружба»
Каша пшеничная с овощами
Чай с сахаром

ОБЕД

Фрукты
Свекла отварная
Суп гороховый
Картофель отварной
Томаты свежие
Компот из сушеных фруктов
Компот из кураги

УЖИН

Салат витаминный
Каша гречневая с грибами
Икра кабачковая
Сок фруктовый
Чай с сахаром

ХЛЕБ

Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной



ПОСТНОЕ МЕНЮ

7 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

Каша пшенная
Булгур с овощами
Чай с сахаром

ОБЕД

Фрукты
Дайкона с маслом и зеленью
Суп овощной
Пюре гороховое
Огурец свежий
Компот из сушеных фруктов
Компот из кураги

УЖИН

Салат из морской капусты с корейской морковью
Картофель запеченный
Капуста квашеная
Сок фруктовый
Чай с сахаром

ХЛЕБ

Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной