

Меню для участников семинара "Разумное тело"

30.04

Ужин

Баклажаны жареные
Огурцы свежие
Плюшка венская
Пудинг запеченый из творога
Рис припущенный
Сметана
Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной
Чай разовый с сахаром в стиках и лимоном

01.05

Завтрак

Батон
Каша жидкая молочная геркулес
Масло порциями
Сметана
Сыр порциями Российский
Творог порц.
Хлеб ржаной
Чай разовый с сахаром в стиках и лимоном

Обед

Каша гречневая рассыпчатая с маслом
Напиток из плодов шиповника
Рагу из баклажанов и цветной капусты
Рассольник Ленинградский со сметаной
Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной

Ужин

Баклажаны тушёные с помидорами
Мёд
Оладьи
Рыба запечёная зубатка б/г
Салат из квашеной капусты
Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной
Чай разовый с сахаром в стиках и лимоном

02.05

Завтрак

Батон

Каша молочная рисовая жидкая

Масло порциями

Сыр порциями Голландский

Хлеб ржаной

Чай разовый с сахаром в стиках и лимоном

Яичная кашка с зеленым горошком

Обед

Баклажаны тушёные с помидорами

Напиток из плодов шиповника

Помидоры свежие

рыба жареная с луком сайда

Суп картофельный с фасолью

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Ужин

Кабачки жареные

Молоко сгущеное

Пудинг запеченый из творога

Рис припущенный с овощами

Рулет бисквитный с повидлом

Рыбные котлеты ШТ ф сайды

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Чай разовый с сахаром в стиках и лимоном

03.05

Завтрак

Батон

Каша пшеничная молочная жидкая

Кукуруза консерв.

Масло порциями

Омлет натуральный

Сыр порциями Голландский

Хлеб ржаной

Чай разовый с сахаром

Обед

Напиток из плодов шиповника

Помидоры свежие

Рагу из овощей с грибами

Суп картофельный с рыб. фрикадельками

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Ужин

Капуста тушеная

Картофель отварной

котлеты морковные

Мед

Огурцы свежие

Сырники с морковью

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной

Чай разовый с сахаром

04.05

Завтрак

Батон

Икра кабачковая порциями

Каша жидкая молочная гречневая

Масло порциями

Сыр порциями голландский

Хлеб ржаной

Чай разовый с сахаром

Яйцо вареное

Обед

Гренки для супа

Запеканка картофельная с овощами

Напиток из плодов шиповника

Огурцы свежие

Суп картофельный с бобовыми

Хлеб пшеничный

Хлеб ржаной