



# Меню для сагозка зимове (безглютенове). I тиждень

	Понеділок	Вівторок	Середа	Четвер	П'ятниця
<b>Основний сніданок</b>	Омлет з овочами (окремо) 100/20г або яйце відварне з овочами 80/30г Хлібець рисовий з сиром 1шт Чай зелений 150г	Сирники запечені з ягодами (окремо) та сметаною 120/5/10г Какао на молоці 150г	Каша пшоняна на молоці з бананом 180г Хлібець гречаний з сиром 1шт Чай чорний 150г	Млинці на рисовому борошні з полуничним джемом/сметаною 120/10/10г Какао на молоці 150г	Запіканка сирна з яблуневим джемом 120/20г (на рисовому борошні) Чай фруктовий-ягідний 150г
<b>Обід</b>	Суп / Суп - пюре овочевий 180г або Суп рисовий 180г	Суп рибний з лососем 180г або Зелений борщ 180г	Суп гречаний 180г	Борщ червоний зі сметаною 180г /10г	Гороховий суп або суп-пюре 180г /10г
	Макарони Пенне безглютенові 100г Соус Болоньезе з телятиною 60г	Картопляне пюре 100г Куряча відбивна 60г	Рис довгозернистий 100г Котлета Столична з твердим сиром в рисовій паніровці 60г	Макарони Спіральки безглютенові 100г Рулетик рибний з яйцем 60г	Каша гречана 100г Котлета із індички в рисовій паніровці 60г
	Салат з б/к капусти з морквою на соняшниковій олії 50г	Асорті з солоних овочів 50г	Салат «Зимовий» (відварна картопля, морква, яйце, солоний огірок, соняшникова олія) 50г	Асорті з солоних овочів 50г	Салат «Буряковий» з сиром «Фета/Бринза» 50г
	Компот вишневий 150г Хлібець 1шт	Компот ягідний 150г Хлібець 1шт	Компот сливовий 150г Хлібець 1шт	Лимонад ягідний 150г Хлібець 1шт	Компот фруктовий 150г Хлібець 1шт
<b>Полуденок</b>	Мафін шоколадний 60г Йогурт 150г	Сирний коржик 60г Чай фруктовий-ягідний 150г	Круасан з джемом 60/20г Кефір 150г	Ватрушка 60г Чай чорний 150г	Кекс ванільний 60г Чай зелений 150г
<b>Вечеря</b>	Рис 100г Міні фрикадельки зі сметанним соусом окремо 60/20г Суміш овочів на пару 20г	Каша гречана 100г М'ясо індички у вершках 60г	Макарони Фузіллі безглютенові 100г Індичка Вок з овочами 50/20г	Печеня з телятиною 160г	Плов з курячим м'ясом 100г /60г