

# День 1

.....



1. Салат з  
капусти з  
олією

2. Сарделька

3. Mac and  
Chees

(макарони з  
соусом  
бешамель  
запечені)

4. Лимонад сві  
жоприготовл  
ений з м'ятою

5. Хліб



Смачного!



## День 2



1. Салат з  
буряком та  
ячневою кашею



2. **Bigos** з  
гречкою та  
курячим філе



3. Чай чорний



5. Хліб

пшеничний



6. Яблуко

Смачного!



## День 3

.....



1. Салат з капусти з зеленим горошком



2. Котлети рибні

3. Картопляний гратен (запечена картопля з соусом бешамель)



5. Сік



6. Закритий бутерброд з

ДЖЕМОМ



Смачного!



## День 4

.....



1. Морквяний салат з сиром

2. Паста



"Bolognese"

(спагетті з

м'ясним соусом)



3. Чай чорний

5. Хліб



пшеничний



6. Яблуко

Смачного!



## День 5



1. Салат з буряком, картоплею та квашеною капустою



2. Картопля печена скибочками



3. Нагетси курячі



5. Хліб житній  
6. Чай чорний



Смачного!

## День 6



1. Салат з капусти з насінням соняшника
2. Сарделька
3. Пшоняна каша з сметаною та картоплею
5. Хліб житній
6. Чай чорний



Смачного!



# День 7



1. Буряк  
тушкований



2. Рис Paella  
(рис з куркою)



3. Pan de  
Calatrava  
(шарлотка з  
хліба та молока)



5. Хліб житній  
6. Сік



Смачного!

## День 8



**1. Салат з  
макаронами**

**та буряком**

**2. Burger**



**3. Манний**

**пудінг з**

**бананом**

**4. Какао з**

**МОЛОКОМ**



**Смачного!**



## День 9



1. Салат з  
капусти з олією



2. Пиріг  
пастуший (пиріг  
з картоплі з



м'ясом)  
3. Запiканка  
сирна



4. Чай

5. Хліб



ПШЕНИЧНИЙ

Смачного!

# День 10



1. Салат "Табуле" з ячневою кашею
2. Пюре картопляне
3. Фрикадельки рибні, тушковані у соусі
4. Оладки з яблуками
5. Хліб житній
6. Лимонад

Смачного!