



Меню завтрака: все школы



Совет по питанию: начинайте чаще готовить дома. Если вы обычно не готовите, начинайте постепенно. Поставьте себе цель готовить раз в неделю и готовьте чаще.

Reference: USDA MyPlate



MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY



Шоколадные пончики
чашка яблочного пюре
Фруктовый сок
Молоко

1

Мини-батончик с
корицей
Крейсины
Фруктовый сок
Молоко

2

Колбаса/сырный
бисквит
Изюм
Фруктовый сок
Молоко

3

Злак
чашка яблочного
пюре
Фруктовый сок
Молоко

6

Блинная колбасная
палочка
Клементина (милашка)
Фруктовый сок
Молоко

7

Круассан с яйцом
и сыром
Апельсин
Фруктовый сок
Молоко

8

Клубничный
бублик
Яблоко
Фруктовый сок
Молоко

9

Французские
тосты
изюм
Фруктовый сок
Молок

10

Злак
чашка яблочного
пюре
Фруктовый сок
Молоко

13

Завтрак Пицца
Клементина
(милашка)
Фруктовый сок
Молоко

14

Яблочный бар
Изюм
Фруктовый сок
Молоко

15

черника Маффин
Яблоко
Фруктовый сок
Молоко

16

булочка с корицей
Апельсин
Фруктовый сок
Молоко

17

Хорошо
провести
Лето!

20

Хорошо
провести
Лето!

21

Хорошо
провести
Лето!

22

Хорошо
провести
Лето!

23



24

день памяти

27

28

29

30

31

MAY 2024

BREAKFAST

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY



1

2

3

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30

31

