



Вкусные блюда.  
Улучшение здоровья.

# ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ НА НЕДЕЛЮ

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ, ЧТО MANNA РАБОТАЕТ ПО ТРЕХНЕДЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ МЕНЮ

	ДЕНЬ 1	ДЕНЬ 2	ДЕНЬ 3	ДЕНЬ 4	ДЕНЬ 5	ДЕНЬ 6	ДЕНЬ 7
ЗАВТРАК	<b>БУРРИТО НА ЗАВТРАК</b> <small>В ЛЕПЕШКЕ ИЗ ЦЕЛЬНОЗЕРНОВОЙ МУКИ</small> ЖАРЕННЫЕ ДОЛЬКИ КАРТОФЕЛЯ ПРЯНЫЕ ЯБЛОКИ	<b>ГОРЯЧАЯ КАША С ЯБЛОКОМ И КОРИЦЕЙ</b> ЖАРЕННЫЕ ДОЛЬКИ КАРТОФЕЛЯ ФРУКТОВАЯ ЧАШКА	<b>СЭНДВИЧ С ЯЙЦОМ И СЫРОМ</b> <small>НА АНГЛИЙСКОЙ БУЛОЧКЕ</small> КОЛБАСА ИЗ ИНДЕЙКИ ЯБЛОЧНОЕ ПЮРЕ	<b>ФРАНЦУЗСКИЕ ПАЛОЧКИ-ГРЕНКИ</b> ОВОЩНАЯ КОЛБАСА ФРУКТЫ	<b>ГОТОВЫЙ ЗАВТРАК SNEERIOS</b> <small>С 2% МОЛОКОМ</small> ФРУКТОВАЯ ЧАШКА	<b>ЗАПАДНЫЙ ОМЛЕТ</b> КАРТОФЕЛЬ ПО-ДОМАШНЕМУ ФРУКТОВЫЙ САЛАТ	<b>БЛИНЧИКИ ИЗ ЦЕЛЬНОЗЕРНОВОЙ МУКИ</b> БЕКОН ИЗ ИНДЕЙКИ ЯБЛОЧНОЕ ПЮРЕ
ОБЕД	<b>ГРИБНОЙ ЯЧМЕННЫЙ СУП</b> РОЛЛ АПЕЛЬСИН	<b>МАКАРОНЫ С ГОВЯДИНОЙ И СЫРОМ</b> ЗЕЛЕННЫЕ БОБЫ ЯБЛОКО	<b>ЧИЛИ ИЗ ФАСОЛИ С ИНДЕЙКОЙ</b> РОЛЛ ФРУКТОВАЯ ЧАШКА	<b>КУКУРУЗНЫЙ ЧАУДЕР</b> РОЛЛ АПЕЛЬСИН	<b>ТЕМПЕ SLOPPEY JOES</b> САЛАТ ИЗ МАКАРОН ГРУША	<b>БИСК ИЗ СЛАДКОГО КАРТОФЕЛЯ С КРАБОМ</b> РОЛЛ ФРУКТОВАЯ ЧАШКА	<b>СЭНДВИЧ С КУРИЦЕЙ НА ГРИЛЕ</b> САЛАТ ИЗ МАКАРОН ЯБЛОКО
УЖИН	<b>ВЕГЕТАРИАНСКИЙ ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕРЕЦ</b> БУЛОЧКА К ОБЕДУ ТУШЕННЫЕ ЦУККИНИ	<b>КУРИЦА С КЛЁЦКАМИ</b> МИНИ-МОРКОВЬ ОБЖАРЕННЫЙ ГОРОХ	<b>ПЕННЕ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ</b> ЗЕЛЕННЫЕ БОБЫ	<b>ФАРШИРОВАННАЯ КАМБАЛА С СОУСОМ ИЗ ЛОБСТЕРА</b> БЕЛЫЙ РИС РАСТИТЕЛЬНАЯ СМЕСЬ КАЛИФОРНИЯ	<b>КИСЛО-СЛАДКАЯ СВИНИНА</b> ДИКИЙ РИС БРОККОЛИ	<b>ЖАРЕНАЯ КУРИЦА В ДУХОВКЕ</b> ВЗБИТЫЙ СЛАДКИЙ КАРТОФЕЛЬ ЛИСТОВАЯ КАПУСТА	<b>МЯСНОЙ ХЛЕБ ИЗ ИНДЕЙКИ</b> <small>С ПОДЛИВКОЙ</small> КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ШПИНАТ
ДЕСЕРТ	ЯБЛОЧНЫЙ КОББЛЕР	МОРКОВНЫЙ ТОРТ	ПЕРСИКОВЫЙ КОББЛЕР	ЯБЛОЧНЫЙ КОББЛЕР	МОРКОВНЫЙ ТОРТ	ПЕРСИКОВЫЙ КОББЛЕР	ЯБЛОЧНЫЙ КОББЛЕР

