



МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА «Любимое»

I Вариант

для ОУ № 1,7,11,16,17,19,21,25,28,31,33,40,44,51,52,62,65,69,71,78,84,93,94,96,99, «Лицей»
сентябрь - октябрь 2018г.

I НЕДЕЛЯ				II НЕДЕЛЯ			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
Бефстроганов из индейки	50/20	80/30	100/50	Сосиска отварная	50	75	100
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	150	180	Макароны с маслом	100	150	180
Зефир	40	40	40	Молочный десерт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Чай с сахаром	200	200	200	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Свежий помидор	60	60	100	Котлета мясная (свинина, курица)	50	80	100
Домашние мясные колбаски (свинина, курица)	50	80	100	Картофельное пюре с поджаренной картошкой из свежих помидоров	80/20	120/30	130/50
Картофельное пюре с поджаренной картошкой из тушеных овощей (лук, морковь)	80/20	120/30	130/50	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Напиток**	200	200	200
Напиток**	200	200	200				
СРЕДА				СРЕДА			
Курица запеченная	50	80	100	Гуляш	50/20	80/30	100/50
Булгур с поджаренной картошкой из свежих овощей (огурцы, помидоры)	50/25/25	80/35/35	100/40/40	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	150	180
Молочный десерт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	*Фрукт	150	150	150
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Напиток**	200	200	200	Напиток**	200	200	200
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Солянка мясная	200	250	250	Свежий огурец	60	60	100
Блины с маслом	40/5	40/5	40/5	Курица запеченная с сыром	55	85	105
*Фрукт	150	150	150	Картофель запеченный	100	150	180
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Чай с сахаром и лимоном	200	200	200	Напиток**	200	200	200
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Ассорти из свежих овощей (помидоры, огурцы)	30/30	30/30	50/50	Борщ с мясом и сметаной	200	250	250
Котлета куриная	50	80	100	Блины со сметаной и молоком	40/15	40/15	40/15
Спагетти с маслом	100	150	180	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Чай с сахаром	200	200	200
Напиток**	200	200	200				
СТОИМОСТЬ:	63-00	76-00	89-00	СТОИМОСТЬ:	63-00	76-00	89-00
III НЕДЕЛЯ				IV НЕДЕЛЯ			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
Сарделька отварная	50	100	100	Филе куриное запеченное в розовом соусе	50	80	100
Макароны с маслом	100	150	180	Макароны с маслом	100	150	180
Молочный десерт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Конфеты	25	25	25
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Напиток**	200	200	200	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Солянка из птицы	200	250	250	Котлета мясная запеченная под сырной шапкой (говядина, курица, сыр, яйцо, соус)	50	80	100
Блин с ягодной начинкой	60	60	60	Рис с маслом с поджаренной картошкой из свежих овощей	100/20	150/30	180/50
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Чай с сахаром	200	200	200	Напиток**	200	200	200
СРЕДА				СРЕДА			
Ассорти из свежих овощей (помидоры, огурцы)	30/30	30/30	50/50	Курица запеченная с сыром	55	85	105
Плов с мясом (свинина)	150	200	250	Картофельное пюре	100	150	180
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	*Фрукт	150	150	150
Напиток**	200	200	200	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
				Напиток**	200	200	200
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Котлета мясная (говядина, курица)	50	80	100	Салат из свежих помидоров с зеленью и маслом	60	60	100
Картофель запеченный с сыром	100	150	180	Жаркое (картофель, говядина)	150	200	250
*Фрукт	150	150	150	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Напиток**	200	200	200
Напиток**	200	200	200				
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Курица запеченная	50	80	100	Биточек из птицы с сыром	50	80	100
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	150	180	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	150	180
Печенье	25	25	25	Желе фруктовое	100	100	100
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Чай с сахаром и лимоном	200	200	200	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200
СТОИМОСТЬ:	63-00	76-00	89-00	СТОИМОСТЬ:	63-00	76-00	89-00

*Фрукт: виноград, слива, груша, яблоко.

**Напиток: Сок фруктовый в ассортименте; Компот из ягод (смородина, клубника, облепиха, вишня, красная смородина, клюква, брусника); Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, курага).

***Молочный десерт: сырок глазированный, термизированный йогуртный продукт, продукт творожный термизированный.

****Внимание! МАУ «Школьное питание» оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости меню (замена в меню осуществляется на равноценные по стоимости и пищевой ценности продукты).