



МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

I Вариант

«Сытное»

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

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Суп куриный с рисом и томатом	200	Суп куриный с рисом	200
Филе рыбы под шапкой из овощей с сыром (минтай, лук, морковь, сыр, яйцо, соус)	80	Курица запеченная	80
Картофельное пюре	150	Рагу овощное с маслом (картофель, капуста, морковь, лук)	150
Пирожок с конфитюром	50	Булочка «Домашняя»	50
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
*Напиток	200	*Напиток	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Суп гороховый с мясом	200	Суп картофельный с мясом	200
Плов с курицей	150	Говядина тушеная	80/30
**Молочный десерт	38/50/100	Каша пшеничная с маслом	150
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	30/20	Пирожок со сгущенным молоком	50
*Напиток	200	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	30/20
		*Напиток	200
СРЕДА		СРЕДА	
Свекольник с мясом и сметаной	200	Борщ с мясом и сметаной	200
Котлета мясная (говядина, курица)	80	Запеканка картофельная с мясом и сметанным соусом	200/50
Макароны с маслом	150	**Молочный десерт	38/50/100
Булочка «Дорожная»	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	*Напиток	200
Чай с сахаром	200		
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Уха с рыбой	200	Суп рыбный с крупой	200
Гратен из индейки (индейка, капуста брокколи, лук, морковь)	150	Сарделька отварная	100
Корж молочный	75	Макароны с маслом	150
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	30/20	Лепешка «Сырная»	50
*Напиток	200	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	30/20
		*Напиток	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Суп мясной с овощами и пшеном	200	Солянка мясная	200
Курица запеченная с сыром	85	Котлета куриная	80
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Картофель запеченный	150
Булочка с маком «Маковка»	50	Булочка «Лакомка»	50
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
*Напиток	200	*Напиток	200
СТОИМОСТЬ: 92-00		СТОИМОСТЬ: 92-00	
III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Суп куриный с вермишелью	200	Бульон куриный с яйцом и гречками	200/12/10
Курица запеченная с сыром	85	Мясо тушенное (свинина)	80/30
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Рис с маслом	150
Пирожок с конфитюром	50	Корж молочный	75
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
*Напиток	200	*Напиток	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Суп гороховый с мясом	200	Щи вегетарианские со сметаной	200
Фрикадельки с соусом красным (говядина, курица)	80/30	Филе куриное тушенное в сливочном соусе	80/30
Спагетти с маслом	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
**Молочный десерт	38/50/100	Сдоба «Классика»	50
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	30/20
*Напиток	200	*Напиток	200
СРЕДА		СРЕДА	
Рассольник с мясом	200	Суп картофельный с фрикадельками	200
Запеканка картофельная из печени со сливочным соусом	150/30	Домашние мясные колбаски (свинина, курица)	80
Булочка «Новомайская»	50	Спагетти с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	**Молочный десерт	38/50/100
*Напиток	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Чай с сахаром	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Суп картофельный с рыбой и крупой	200	Борщ с мясом и фасолью	200
Филе куриное тушеное с овощами	80/30	Котлета рыбная (горбуша, минтай)	80
Рис с маслом и шафраном	150	Рис с маслом и поджаривкой из тушеных овощей (лук, морковь)	150
Булочка с маком «Маковка»	50	Пирожок со сгущенным молоком	50
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	30/20
*Напиток	200	*Напиток	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Суп-пюре из тыквы с гречками	200/10	Солянка из птицы	200
Жаркое (картофель, говядина)	150	Тефтели из печени	80
Булочка «Дорожная»	50	Картофельное пюре	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Лепешка «Сырная»	50
*Напиток	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		*Напиток	200
СТОИМОСТЬ: 92-00		СТОИМОСТЬ: 92-00	

***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).