



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ  
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК**  
(«Мясной» комплекс)  
для ОУ № 34  
ноябрь-февраль 2017-2018 гг.

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	1 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	1 комплекс
Филе птицы в сметанном соусе «По-Кемеровски»	80/30	Сосиска отварная «Турник»	75
Спагетти отварные с маслом «Дистанция»	150	Макаронные изделия отварные с маслом «Школьные»	150
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	Молокосодержащий продукт***	38/50/100
Напиток**	200	Чай с сахаром и лимоном	200
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Винегрет овощной «Калейдоскоп» (свекла, морковь, картофель, огурец соленый, горошек зеленый консерв., масло подсол.)	60	Филе птицы с овощами «Вдохновение»	80/30
Люля-кебаб с томатным соусом и зеленью «Ракета» (говядина, курица)	80/30	Пюре картофельное «Переключка»	150
Каша перловая рассыпчатая «Здоровье»	150	Десерт фруктовый	150
Напиток**	200	Напиток**	200
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	30/20
СРЕДА		СРЕДА	
Курица запеченная «Золотая курочка»	80	Салат «Фасолинка» (фасоль, лук, морковь, чеснок, соус)	60
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	150	Гуляш из свинины «Отличник»	80/30
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	Рис отварной «Пекин»	150
Чай с сахаром	200	Напиток**	200
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Салат «Незабудка» (капуста б/к, морковь, масло подсолнечное)	60	Чахохбили (курица порционная с овощами)	80/30
Котлета из рыбы «По-Киевски»	80	Картофель отварной с маслом и зеленью «Антошка»	150
Рис отварной «Пекин»	150	Желе фруктовое	150
Напиток**	200	Напиток**	200
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	30/20
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Биточки «Пионерские» с соусом красным (говядина, курица)	80/30	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	60
Пюре картофельное "Переключка»	150	Котлета мясная «Аппетитная» (свинина, говядина)	80
Фрукт сезонный*	150	Каша гречневая вязкая «Олимпийская»	150
Кисель витаминизированный	200	Отвар из шиповника	200
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>76-00</b>	<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>76-00</b>
III НЕДЕЛЯ		III НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	1 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	1 комплекс
Сарделька отварная «Штанга»	100	Филе птицы в томатном соусе «Фейерверк»	80/30
Макаронные изделия отварные с томатным соусом «Римские каникулы»	150/30	Макаронные изделия отварные с маслом «Школьные»	150
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	Молокосодержащий продукт***	38/50/100
Кисель витаминизированный	200	Чай с сахаром и лимоном	200
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Салат «Здоровье» (свекла, морковь, горошек зеленый консервированный, соус)	60	Закуска «Находка для спортсмена» (фасоль стручковая, лук, яйцо)	50/10
Курица запеченная «Золотая курочка»	80	Курица запеченная с сыром «NEW»	85
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	150	Пюре картофельное «Переключка»	150
Напиток**	200	Напиток витаминизированный плодово-ягодный	200
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	30/20
СРЕДА		СРЕДА	
Плов с говядиной и перловой крупой «Богатырь»	200	Котлета мясная «Домашняя» (говядина, свинина, курица)	80
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	Рис отварной «Пекин»	150
Чай с сахаром	200	Фрукт сезонный*	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Напиток**	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Филе рыбы «Сибирячка» (филе минтая, лук, морковь, сыр, яйцо, соус аппетитный)	80/30	Жаркое со свининой «Домашнее»	200
Пюре картофельное "Переключка»	150	Желе фруктовое	100
Фрукт сезонный*	150	Напиток**	200
Напиток**	200	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	30/20
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	30/20		
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Салат «Солнечный» (морковь, сыр, чеснок, соус)	60	Салат «Школьный» (свекла, капуста б/к, чеснок, масло подсолнечное)	60
Фрикадельки «Ученические» с соусом красным (говядина, курица)	80/30	Котлета куриная с тыквой «По - деревенски»	80
Рис отварной «Пекин»	150	Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	150
Напиток**	200	Напиток**	200
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>76-00</b>	<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>76-00</b>

\*Фрукт сезонный: виноград, слива, груша, яблоко.

\*\*Напиток: Сок фруктовый в ассортименте; Компот (из смородины, из сухофруктов, из облепихи, из кураги, из красной смородины, яблочно-смородиновый, яблочно-вишневый, яблочно-облепиховый, яблочно-брусничным).

\*\*\*Молокосодержащий продукт: йогурт, сырок глазированный, термизированный йогуртный продукт, продукт творожный термизированный.

\*\*\*\*Внимание! МАУ «Школьное питание» оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости комплекса.