

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

«Лицеиста»

для МБНОУ «Лицей»
Сентябрь - октябрь 2018 г.



I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Блинчики с вареным сгущенным молоком	140	Каша рисовая молочная с маслом	200/5
Чай с сахаром	200	Зефир	40
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Суп куриный с домашней лапшой	200	Батон нарезной	30
Бефстроганов из индейки	80/30	Чай с сахаром и лимоном	200
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	<i>Обед</i>	
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Бульон куриный с яйцом и гренками	200/12/10
**Напиток	200	Спагетти с сыром	180
		***Молочный десерт	38/50/100
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		**Напиток	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Запеканка творожная с клубникой	140	Сдоба «Классика»	50
**Напиток	200	Сыр порциями	15
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Ассорти из свежих овощей (помидоры, огурцы)	50/50	**Напиток	200
Суп-пюре из овощей с гренками	200/10	<i>Обед</i>	
Шашлык из курицы	100/30	Котлета мясная запеченная под сырной шапкой	80
Чай с сахаром и лимоном	200	Картофельное пюре	180
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	*Фрукт	150
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		**Напиток	200
СРЕДА		СРЕДА	
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Сэндвич (булочка, котлета куриная, сыр, салатный лист, соус)	170	Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/20
Чай с сахаром	200	**Напиток	200
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Салат из свежих огурцов с зеленью и маслом	95/5	Салат из свежих помидоров с зеленью и маслом	95/5
Борщ со сметаной	200	Суп картофельный с фрикадельками	200
Котлета куриная	80	***Молочный десерт	38/50/100
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200	Чай с сахаром и лимоном	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Омлет натуральный	120	Омлет с мясом индейки	120
Батон нарезной	30	Батон нарезной	30
**Напиток	200	**Напиток	200
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Рыба жареная (минтай)	80	Салат «Цезарь» (салат листовой, филе птицы, сыр, помидор свежий, маслины)	60
Булгур с поджаривкой из свежих овощей (огурцы, помидоры)	80/70	Суп гороховый	200
*Фрукт	150	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	**Напиток	200
Чай с сахаром и лимоном	200		
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Блинчик с маслом	80/10	Пицца	65
**Напиток	200	Чай с сахаром	200
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Салат «Цезарь» (салат листовой, филе птицы, сыр, помидор свежий, маслины)	60	Уха с рыбой	200
Суп картофельный с фрикадельками	200	Гратен из индейки (индейка, капуста брокколи, лук, морковь)	150
**Напиток	200	*Фрукт	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	**Напиток	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
СТОИМОСТЬ:	110	СТОИМОСТЬ:	110

III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Блинчики с вареным сгущенным молоком	140	Каша манная молочная с маслом	200/5
Чай с сахаром и лимоном	200	Сыр порциями	15
**Напиток	200	**Напиток	200
		Батон нарезной	30
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Сарделька отварная	100	Филе куриное отварное с красным соусом	80/30
Макароны с маслом	180	Макароны с маслом	180
***Молочный десерт	38/50/100	Зефир	40
**Напиток	200	Чай с сахаром	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Ролл с курицей	75	Булочка «Новомаяская»	50
Чай с сахаром	200	**Напиток	200
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Ассорти из свежих овощей (помидоры, огурцы)	50/50	Салат из свежих огурцов, помидор, зелени и масла	95/5
Солянка из птицы	200	Котлета мясная (говядина, курица)	80
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200	**Напиток	200
СРЕДА		СРЕДА	
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Омлет с сыром	120	Омлет из говядины	120
Батон нарезной	30	Батон нарезной	30
**Напиток	200	**Напиток	200
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Плов	150	Борщ с мясом и сметаной	200
*Фрукт	150	Запеканка овощная с сыром (капуста цветная, филе куриной , лук, морковь)	180
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	*Фрукт	150
**Напиток	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		**Напиток	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Сырники из творога со сгущенным молоком	120/20	Запеканка из творога с тыквой и морковью со сгущенным молоком	120/20
**Напиток	200	Чай с сахаром и лимоном	200
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Салат из говядины, яблока, сыра, лука репчатого и соуса	50/10	Суп-пюре из овощей с гречками	200/10
Суп куриный с домашней лапшой	200	Голубцы фаршированные	80
Картофель запеченный с сыром	150	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	**Напиток	200
**Напиток	200		
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
<i>Завтрак</i>		<i>Завтрак</i>	
Блинчики с плодово-ягодной начинкой	120	Блинчики с вареным сгущенным молоком	140
Чай с сахаром и лимоном	200	Чай с сахаром	200
<i>Обед</i>		<i>Обед</i>	
Свекольник со сметаной	200	Салат «Цезарь» (салат листовой, филе птицы, сыр, помидор свежий, маслины)	60
Курица запеченная	80	Рассольник	200
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	**Напиток	200
**Напиток	200		
СТОИМОСТЬ:	110	СТОИМОСТЬ:	110

*Фрукт сезонный: 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 равноценное по стоимости и пищевой ценности продукты).