



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК «ДЕМОКРАТИЧНЫЙ»

для ОУ № 67

ноябрь-февраль 2017-2018 гг.

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Суп рисовый с томатом «Загадка»	200	Суп куриный с рисом «Традиционный»	200
Спагетти отварные с маслом «Дистанция»	150	Макаронные изделия отварные с маслом «Школьные»	150
Напиток*	200	Бутерброд с сыром «Стиль»	20/15
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Чай с сахаром и лимоном	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Суп с горохом «По-учительски»	200	Суп картофельный с фрикадельками «Островок»	200
Каша перловая рассыпчатая «Здоровье»	150	Картофель запеченный с сыром «Праздничный»	150
Лепешка «Сырная»	50	Сдоба «Классика»	50
Напиток*	200	Напиток*	200
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20
СРЕДА		СРЕДА	
Свекольник со сметаной «Яркий»	200	Борщ со сметаной «Респект»	200
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	150	Рис отварной «Пекин»	150
Бутерброд с маслом «Энергия»	20/15	Напиток витаминизированный плодово-ягодный	200
Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20		
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Щи со сметаной «По-директорски»	200	Суп из овощей с пшеном «Крестьянский»	200
Рис отварной «Пекин»	150	Картофель отварной с маслом и зеленью «Антошка»	150
Пирожок со сгущенным молоком «Вкусный»	50	Пирожок с конфитуром «Забяка»	50
Напиток*	200	Напиток*	200
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Суп овощной с индейкой	200	Суп картофельный с фасолью «Дуэт»	200
Картофель отварной с маслом и зеленью «Антошка»	150	Каша гречневая вязкая «Олимпийская»	150
Кисель витаминизированный	200	Отвар из шиповника	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
СТОИМОСТЬ:	43-00	СТОИМОСТЬ:	43-00

III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Суп с горохом «По-учительски»	200	Суп с вермишелью и куриными фрикадельками «Золотой пегушок»	200
Макаронные изделия отварные с томатным соусом «Римские каникулы»	150/30	Макаронные изделия отварные с маслом «Школьные»	150
Бутерброд с маслом «Энергия»	20/15	Бутерброд с сыром «Стиль»	20/15
Кисель витаминизированный	200	Чай с сахаром и лимоном	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Суп куриный с галушками «Хуторок»	200	Щи вегетарианские со сметаной «Легкость»	200
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	150	Картофель запеченный со сметаной	150
Булочка «Лакомка»	50	Булочка «Новомаяская»	50
Напиток*	200	Напиток витаминизированный плодово-ягодный	200
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20
СРЕДА		СРЕДА	
Рассольник «Ленинградский»	200	Суп картофельный с мясом «Сельский»	200
Каша перловая рассыпчатая «Здоровье»	150	Рис отварной «Пекин»	150
Чай с сахаром	200	Напиток*	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Суп картофельный с рыбой и крупой «Морской»	200	Уха с рыбой «Тихоокеанская»	200
Картофель запеченный	150	Картофель запеченный с сыром «Праздничный»	150
Корж молочный «Победитель»	75	Булочка с маком «Маковка»	50
Напиток*	200	Напиток*	200
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Свекольник со сметаной «Яркий»	200	Борщ с фасолью «Оригинальный»	200
Рис отварной «Пекин»	150	Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	150
Напиток*	200	Напиток*	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
СТОИМОСТЬ:	43-00	СТОИМОСТЬ:	43-00

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

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

Обращаем Ваше внимание, что данный вариант не обеспечит ребенку необходимое количество основных питательных веществ и требуемой калорийности суточного рациона, поскольку не содержит блюдо из мяса, рыбы, птицы, фруктов и молочных продуктов!