






МЕНЮ 2-Х КРАТНОГО ПРИЕМА ПИЩИ ДЛЯ ЛИЦЕИСТА

для МБНОУ «Лицей»
Ноябрь 2019 - февраль 2020г.

| I НЕДЕЛЯ | | II НЕДЕЛЯ | |
|---|------------|---|------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. | ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Блинчики с плодово – ягодной начинкой | 120 | Каша рисовая молочная с маслом | 200/5 |
| Чай с сахаром | 200 | Мини - рулет | 35 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Котлета мясная (говядина, курица) | 80 | Батон нарезной | 30 |
| Макароны с маслом | 180 | Чай с сахаром | 200 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Филе птицы (курица запеченная в соусе) | 80 |
| Компот из вишни | 200 | Спагетти с маслом | 150 |
| | | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| | | Компот из красной смородины | 200 |
| | | | |
| <u>ВТОРНИК</u> | | <u>ВТОРНИК</u> | |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Пудинг из творога с изюмом со сгущенным молоком | 120/20 | Булочка бутербродная с кунжутом | 50 |
| Какао с молоком | 200 | Сыр порциями | 15 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| | | Масло сливочное порциями | 10 |
| | | Какао с молоком | 200 |
| Салат овощной (капуста, морковь, масло) | 100 | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Плов с мясом (свинина) | 200 | Домашние куриные колбаски с сыром | 100 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Картофельное пюре | 180 |
| Компот из красной смородины | 200 | Фрукт (яблоко) | 150 |
| | | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| | | Компот яблочно - вишневый | 200 |
| | | | |
| <u>СРЕДА</u> | | <u>СРЕДА</u> | |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Сэндвич (булочка, котлета куриная , сыр, салатный лист, соус) | 170 | Сырники из творога со сгущенным молоком | 120/20 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | Чай с сахаром и лимоном | 200 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Суп картофельный по – немецки (суп – пюре из овощей с колбасными изделиями) | 200/10 | Горячий бутерброд на батоне (батон, масло сливочное, сыр моцарелла) | 40 |
| Говядина отварная | 80 | Гуляш из мяса (свинина) | 80/30 |
| Картофельное пюре | 150 | Рис с маслом | 150 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| Сок фруктовый | 200 | Компот из смородины | 200 |
| | | | |
| <u>ЧЕТВЕРГ</u> | | <u>ЧЕТВЕРГ</u> | |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Омлет натуральный | 120 | Омлет с сыром | 120 |
| Батон нарезной | 30 | Батон нарезной | 30 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | Горячий шоколад | 200 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Суп куриный с вермишелью | 200 | Салат из говядины (говядина, лук, яблоки, сыр, соус) | 100 |
| Биточек мясной (говядина, курица) | 80 | Котлета из птицы (курица) | 80 |
| Кус – кус с овощами | 150 | Картофель запеченный | 180 |
| Фрукт (груша) | 150 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Компот фруктово – ягодный (вишня, мята, лимон) | 200 |
| Компот из клубники | 200 | | |
| | | | |
| <u>ПЯТНИЦА</u> | | <u>ПЯТНИЦА</u> | |

| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
|--|---------------|---------------------------------------|---------------|
| Блинчики с маслом | 80/10 | Блинчики с плодово – ягодной начинкой | 120 |
| Горячий шоколад | 200 | Чай с сахаром | 200 |
| | | | 30 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Салат из курицы (салат листовой, филе птицы, сыр, помидор свежий, маслины) | 60 | | |
| Курица запеченная | 80 | Свекольник с мясом и сметаной | 200 |
|  Биточек картофельный с помидорами и сыром | 150 | Жаркое с мясом (свинина) | 200 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Фрукт (груша) | 150 |
| Компот яблочно - смородиновый | 200 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| | | Компот из клубники | 200 |
| СТОИМОСТЬ: | 115-00 | СТОИМОСТЬ: | 115-00 |

| III НЕДЕЛЯ | | IV НЕДЕЛЯ | |
|--|------------|--|------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. | ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Омлет с колбасными изделиями | 120 | Каша манная молочная с маслом | 200/5 |
| Батон нарезной | 30 | Сыр порциями | 15 |
| Чай с сахаром | 200 | Батон нарезной | 30 |
| | | Чай с сахаром | 200 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Сарделька отварная | 100 | Филе птицы запеченное в розовом соусе (курица) | 80 |
| Макароны с маслом | 180 | Макароны с маслом | 180 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| Компот из кураги | 200 | Компот из вишни | 200 |
| | | | |
| ВТОРНИК | | ВТОРНИК | |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Ролл с курицей | 75 | Булочка сдобная | 50 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | Сыр сливочный (треугольник) | 17 |
| | | Батон нарезной | 30 |
| | | Какао с молоком | 200 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Салат овощной (помидоры, огурцы, перец, брынза, маслины, заправка) | 100 | Салат из курицы (филе птицы, сыр, помидоры, кукуруза, соус) | 100/20 |
| Рассольник с мясом и сметаной | 200 |  Котлета мясная с морковью (свинина, курица, морковь) | 80 |
| Котлета мясная (свинина, курица) | 80 | Картофель запеченный | 150 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| Компот яблочно - вишневый | 200 | Компот из клубники | 200 |
| | | | |
| СРЕДА | | СРЕДА | |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Сендвич (булочка, котлета куриная, помидоры, сыр) | 170 | Омлет из свинины | 120 |
| Какао с молоком | 200 | Батон нарезной | 30 |
| | | Чай с сахаром и лимоном | 200 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Плов с мясом (свинина) | 150 | Борщ с мясом и сметаной (на индейке) | 200 |
| Фрукт (мандарин) | 150 |  Шашлычок из свинины с картофелем с томатным соусом с зеленью | 100/30 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Фрукт (яблоко) | 150 |
| Сок фруктовый | 200 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| | | Компот из смородины | 200 |
| | | | |
| ЧЕТВЕРГ | | ЧЕТВЕРГ | |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 120/20 |  Запеканка из творога с вишней | 140 |
| Чай с сахаром | 200 | Горячий шоколад | 200 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |

| | | | |
|--|-------|--|--------|
| Салат из курицы (филе куриное, яйцо, кукуруза, апельсины, соус) | 60/10 | Салат из курицы (курица, яйцо, сыр, соус) | 60/15 |
| Котлета из птицы (курица) | 80 | Куриные нагетсы с соусом | 100/30 |
| Картофель запеченный с сыром | 150 | Картофельное пюре | 180 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| Компот из малины | 200 | Сок фруктовый | 200 |
| ПЯТНИЦА | | ПЯТНИЦА | |
| <u>1-й прием пищи</u> | | <u>1-й прием пищи</u> | |
| Хрустящие тосты к завтраку (хлеб для тостов, колбаса, сыр, огурцы, зелень) | 140 | Панкейки с ягодным соусом | 95/20 |
| Горячий шоколад | 200 | Чай с сахаром и лимоном | 200 |
| <u>2-й прием пищи</u> | | <u>2-й прием пищи</u> | |
| Борщ с мясом и сметаной (на свинине) | 200 | Салат из курицы (салат листовой, филе птицы, сыр, помидор свежий, маслины) | 60 |
|  Курица запеченная в медовой глазури | 80 | Гуляш (свинина) | 80/30 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 | Рис с маслом | 180 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| Компот из сухофруктов | 200 | Компот из яблок и жимолости | 200 |
| СТОИМОСТЬ: 115-00 | | СТОИМОСТЬ: 115-00 | |

***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).