



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

(«Мясной» комплекс)

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

I НЕДЕЛЯ				II НЕДЕЛЯ			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
Филе птицы под розовым соусом «Фламинго»	50	80	100	Колбаса отварная	50	80	100
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	100	150	180	Макаронные изделия отварные с маслом «Школьные»	100	150	180
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100
Чай с сахаром	200	200	200	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Помидор порционный «Смайлик»	60	60	100	Салат «Помидорка» (помидор, сыр, чеснок, соус «Аппетитный»)	60	60	100
Люля-кебаб «Ракета» (говядина, курица)	50	80	100	Филе птицы с овощами «Вдохновение»	50/20	80/30	100/50
Капуста тушеная	100	150	180	Пюре картофельное «Переключка»	100	150	180
Напиток**	200	200	200	Напиток**	200	200	200
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
СРЕДА				СРЕДА			
Курица запеченная «Золотая курочка»	50	80	100	Гуляш из свинины «Отличник»	50/20	80/30	100/50
Спагетти отварные с маслом «Дистанция»	100	150	180	Рис отварной «Пекин»	100	150	180
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Фрукт сезонный*	150	150	150
Кисель витаминизированный	200	200	200	Напиток**	200	200	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Салат «Весенний микс» (морковь, горошек, огурец, соус «Аппетитный»)	60	60	100	Курица запеченная с сыром «NEW»	55	85	105
Котлета из рыбы «По-Киевски»	50	80	150	Картофель отварной с маслом и зеленью «Антошка»	100	150	180
Рис отварной «Индийский»	100	150	180	Конфеты шоколадные	25	25	25
Напиток**	200	200	200	Напиток**	200	200	200
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Котлета «Лукоморье» (говядина, курица)	50	80	100	Огурец порционный	60	60	100
Пюре картофельное "Переключка"	100	150	180	Котлета мясная «Аппетитная» (свинина, говядина)	50	80	100
Фрукт сезонный*	150	150	150	Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	100	150	180
Напиток**	200	200	200	Отвар из шиповника	200	200	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
СТОИМОСТЬ:	63-00	76-00	89-00	СТОИМОСТЬ:	63-00	76-00	89-00
III НЕДЕЛЯ				IV НЕДЕЛЯ			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
Манты отварные с маслом	120/5	180/7	240/10	Филе птицы в томатном соусе «Фейерверк»	50/20	80/30	100/50
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Макаронные изделия отварные с маслом «Школьные»	100	150	180
Чай с сахаром	200	200	200	Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200
				Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Винегрет «Калейдоскоп»	55/5	55/5	95/5	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	60	100
Курица запеченная «Золотая курочка»	50	80	100	Курица запеченная с сыром «NEW»	55	85	105
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	100	150	180	Пюре картофельное «Переключка»	100	150	180
Напиток**	200	200	200	Напиток витаминизированный плодово-ягодный	200	200	200
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
СРЕДА				СРЕДА			
Помидор порционный «Смайлик»	60	60	100	Котлета мясная «Домашняя» (говядина, свинина, курица)	50	80	100
Плов с говядиной и перловой крупой «Богатырь»	150	200	250	Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	100	150	180
Напиток**	200	200	200	Фрукт сезонный*	150	150	150
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Напиток**	200	200	200
				Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Рыба запеченная с сыром и помидорами (филе минтая, сыр, помидор)	50	80	100	Салат «Мозаика» (помидор, огурец, кукуруза, соус)	60	60	100
Пюре картофельное "Переключка"	100	150	180	Жаркое со свининой «Домашнее»	150	200	250
Фрукт сезонный*	150	150	150	Напиток**	200	200	200
Напиток**	200	200	200	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20				
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Котлета из птицы с сыром «Петушинный бой»	50	80	100	Котлета куриная с яблоком «Витаминная»	50	80	100
Спагетти отварные с маслом «Дистанция»	100	150	180	Рис отварной «Пекин»	100	150	180
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Конфеты шоколадные	25	25	25
Напиток**	200	200	200	Напиток**	200	200	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
СТОИМОСТЬ:	63-00	76-00	89-00	СТОИМОСТЬ:	63-00	76-00	89-00

*Фрукт сезонный: 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-брусничный).

***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.