



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ  
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК**  
(«Мясной» комплекс)

для ОУ № 1,7,11,16,17,19,21,25,28,31,33,40,44,51,62,65,69,71,78,84,93,94,96,99, «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 «Жемчужина Сибири»	50	80	100	Колбаса отварная «Тормозок»	50	80	100
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная арена»	100	150	180	Макаронные изделия отварные с маслом «Бульварные»	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
<b>ВТОРНИК</b>				<b>ВТОРНИК</b>			
Помидор порционный «Смайлик»	60	60	100	Салат «Красная горка» (помидор, сыр, чеснок, соус «Аппетитный»)	60	60	100
Люля-кебаб «Забой» (говядина, курица)	50	80	100	Филе птицы с овощами «Вдохновение шахтера»	50/20	80/30	100/50
Капуста тушеная «Горячий камень»	100	150	180	Пюре картофельное «Космос»	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
<b>СРЕДА</b>				<b>СРЕДА</b>			
Курица запеченная «Копикуз»	50	80	100	Гуляш из свинины «Добыча»	50/20	80/30	100/50
Спагетти отварные с маслом «Заводские»	100	150	180	Рис отварной «Азотец»	100	150	180
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Фрукт сезонный*	150	150	150
Кисель витаминизированный «Тайжский дар»	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
<b>ЧЕТВЕРГ</b>				<b>ЧЕТВЕРГ</b>			
Салат «Весенний городок» (морковь, горошек, огурец, соус «Аппетитный»)	60	60	100	Курица запеченная с сыром «Площадь советов»	55	85	105
Котлета из рыбы «По-Кемеровски»	50	80	150	Картофель отварной с маслом и зеленью «Антошка»	100	150	180
Рис отварной «Серебряный бор»	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
<b>ПЯТНИЦА</b>				<b>ПЯТНИЦА</b>			
Котлета «Люскус» (говядина, курица)	50	80	100	Огурец порционный «Сибирское здоровье»	60	60	100
Пюре картофельное «Космос»	100	150	180	Котлета мясная «По-Кировски» (свинина, говядина)	50	80	100
Фрукт сезонный*	150	150	150	Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная арена»	100	150	180
Напиток**	200	200	200	Отвар из шиповника «Дары тайги»	200	200	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>63-00</b>	<b>76-00</b>	<b>89-00</b>	<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>63-00</b>	<b>76-00</b>	<b>89-00</b>
<b>III НЕДЕЛЯ</b>				<b>IV НЕДЕЛЯ</b>			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
Манты отварные собственного производства с маслом «К столетию»	120/5	180/7	240/10	Филе птицы в томатном соусе «Праздничный Фейерверк»	50/20	80/30	100/50
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Макаронные изделия отварные с маслом «Бульварные»	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
<b>ВТОРНИК</b>				<b>ВТОРНИК</b>			
Винегрет «Городской Калейдоскоп»	55/5	55/5	95/5	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	60	100
Курица запеченная «Копикуз»	50	80	100	Курица запеченная с сыром «Площадь советов»	55	85	105
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная арена»	100	150	180	Пюре картофельное «Космос»	100	150	180
Напиток**	200	200	200	Напиток витаминизированный плодово-ягодный «Сибиряк»	200	200	200
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
<b>СРЕДА</b>				<b>СРЕДА</b>			
Помидор порционный «Смайлик»	60	60	100	Котлета мясная «Кузнецкая крепость» (говядина, свинина, курица)	50	80	100
Плов с говядиной и перловой крупой «Сибирский Богатырь»	150	200	250	Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная арена»	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
<b>ЧЕТВЕРГ</b>				<b>ЧЕТВЕРГ</b>			
Рыба запеченная с сыром и помидорами «Притомский проспект» (филе минтая, сыр, помидор)	50	80	100	Салат «Шахтерочка» (помидор, огурец, кукуруза, соус)	60	60	100
Пюре картофельное «Космос»	100	150	180	Жаркое со свиной «Рудничное»	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				
<b>ПЯТНИЦА</b>				<b>ПЯТНИЦА</b>			
Котлета из птицы с сыром «Елькаевская слобода»	50	80	100	Котлета куриная с яблоком «Люскус»	50	80	100
Спагетти отварные с маслом «Заводские»	100	150	180	Рис отварной «Азотец»	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
<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>63-00</b>	<b>76-00</b>	<b>89-00</b>	<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>63-00</b>	<b>76-00</b>	<b>89-00</b>

\*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.