



МЕНЮ

Свободного выбора «ЛЮБИМОЕ»

для ОУ № 1,7,11,16,17,19,21,25,28,31,33,44,45,51,52,54,62,65,69,71,78,84,85,93,94,96,99, «Лицей»

Сентябрь - октябрь 2019г.

I НЕДЕЛЯ				II НЕДЕЛЯ			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
new Филе птицы запеченное с помидорами (индейка). Автор – Лис Роман пос.Новостройка КО	50	80	100	Сосиска отварная	50	75	100
Макароны с маслом	100	150	180	Макароны с маслом	100	150	180
Мармелад	30	30	30	Пастила	30	30	30
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Чай с сахаром	200	200	200	Чай с сахаром	200	200	200
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Котлета мясная (говядина, курица)	50	80	100	Биточек из рыбы (минтай, лук, морковь)	50	80	100
Картофельное пюре	100	150	180	Картофельное пюре	100	150	180
Десерт творожный	50	50	50	Фрукт (яблоко)	150	150	150
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Компот из клубники и черноплодной рябины	200	200	200	Компот из вишни	200	200	200
СРЕДА				СРЕДА			
new Салат из помидоров с яйцом (яйцо, помидоры, сыр, соус). Авторы-Специалисты «Школьного питания»	60	60	100	Гуляш из мяса (свинина)	50/20	80/30	100/50
Курица запеченная	50	80	100	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	150	180
Каша гречневая рассыпчатая	100	150	180	Сырок глазированный	38	38	38
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Компот из сухофруктов	200	200	200	Сок фруктовый	200	200	200
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Плов с мясом (свинина)	150	200	250	Салат овощной (капуста, огурцы, кукуруза, соус) new Запеканка мясная с морковью. Автор – Саитова О.А., повар лицея №89, финалист конкурса «Лучший школьный повар -2018»	60	60	100
Фрукт (виноград зеленый)	150	150	150	Рис с маслом	100	150	180
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Кисель витаминизированный	200	200	200	Компот яблочко - смородиновый	200	200	200
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Салат овощной (капуста, морковь, масло) new Запеканка куриная с кабачками Автор – Заруцкая Арина. г. Мариинск	60	60	100	Блинчик с ветчиной и сыром	70	140	140
Спагетти с маслом	100	150	180	Борщ с мясом и сметаной	200	250	300
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Сок фруктовый	200	200	200	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200
СТОИМОСТЬ:	67-00	80-00	93-00	СТОИМОСТЬ:	67-00	80-00	93-00
III НЕДЕЛЯ				IV НЕДЕЛЯ			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
Сарделька отварная	50	100	100	Филе птицы запеченное в розовом соусе (курица)	50	80	100
Макароны с маслом	100	150	180	Макароны с маслом	100	150	180
Йогурт фруктовый	100	100	100	Конфеты	25	25	25
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Компот из кураги с мякотью	200	200	200	Чай с черникой	200	200	200
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Салат овощной (морковь, огурцы, горошек, соус)	60	60	100	Котлета мясная (свинина, курица)	50	80	100
Жаркое с индейкой	200	250	300	Рис с маслом	100	150	180
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Фрукт (виноград черный)	150	150	150
Чай с сахаром	200	200	200	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
СРЕДА				СРЕДА			
Плов с мясом (свинина)	150	200	250	Филе рыбы запеченное (минтай)	50	80	100
Помидор порционный	60	60	100	Картофельное пюре	100	150	180
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Печенье овсяное	30	30	30
Сок фруктовый	200	200	200	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
new Крокеты из птицы «Классные». Автор- Гундарь О.Н. повар лицея №89, участник конкурса «Лучший школьный повар – 2017»	50	80	100	Закуска овощная (огурцы, перец, орехи, чеснок, масло)	60	60	100
Картофель запеченный с сыром	100	150	180	Мясо тушеное (свинина)	50/20	80/30	100/50
Фрукт (слива)	150	150	150	Спагетти с маслом	100	150	180
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Компот из малины	200	200	200	Напиток витаминизированный	200	200	200
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Курица запеченная	50	80	100	Блинчик с маслом	40/5	80/10	80/10
new Кус – кус с овощами. Автор – Зиновьева Дарья. г. Барнаул	100	150	180	Суп гороховый с мясом	200	250	300
Зефир	40	40	40	Десерт творожный	50	50	50
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Чай с сахаром и лимоном	200	200	200	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200
СТОИМОСТЬ:	67-00	80-00	93-00	СТОИМОСТЬ:	67-00	80-00	93-00