



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

(«Мясной» комплекс)

для ОУ № 1ф, 8, 11ф, 18, 21ф, 61, 62ф, 70, 73, 80
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
Напиток**	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	Помидор порционный «Смайлик»	60	60	100
Люля-кебаб «Забой» (говядина, курица)	50/20	80/30	100/50	Филе птицы с овощами «Вдохновение шахтера»	50/20	80/30	100/50
Капуста тушеная «Горючий 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
СРЕДА				СРЕДА			
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 «Азотовец»	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
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Маринад из моркови	60	60	100	Чахохбили (курица порционная с овощами)	50/20	80/30	100/50
Котлета из рыбы «По-Кемеровски»	50	80	150	Картофель отварной с маслом и зеленью «Антошка»	100	150	180
Рис отварной «Азотовец»	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 «Люкус» (говядина, мякоть куриная)	60	60	100	Огурец порционный «Сибирское здоровье»	60	60	100
Пюре картофельное «Космос»	100	150	180	Котлета мясная «По-Кемеровски» (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
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 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
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Маринад из моркови	60	60	100	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
СРЕДА				СРЕДА			
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
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Рыба запеченная с сыром и помидорами «Притомский проспект» (филе рыбы, помидор, сыр)	50/20	80/30	100/50	Огурец порционный «Сибирское здоровье»	60	60	100
Пюре картофельное «Космос»	100	150	180	Жаркое со свининой «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				
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Котлета из птицы с сыром «Елькаевская слобода»	60	60	100	Котлета куриная с яблоком «Люкус»	50	80	100
Спагетти отварные с маслом «Заводские»	100	150	180	Рис отварной «Азотовец»	100	150	180
Молокосодержащий продукт***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	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: апельсин, 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.