



МЕНЮ
Свободного выбора «ЛЮБИМОЕ»
 для ОУ № 46, 60, 77
 Сентябрь - октябрь 2019 г.

| I НЕДЕЛЯ | | | | II НЕДЕЛЯ | | | |
|--|--------------|--------------|--------------|---|--------------|--------------|--------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | Мини | 1 комплекс | 2 комплекс | ПОНЕДЕЛЬНИК | Мини | 1 комплекс | 2 комплекс |
| Филе птицы запеченное с помидорами (индейка) | 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 | | | |
| Плов с мясом (свинина) | 150 | 200 | 250 | Огурец порционный | 60 | 60 | 100 |
| Фрукт (виноград зеленый) | 150 | 150 | 150 | Запеканка мясная с морковью | 50 | 80 | 100 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 | Рис с маслом | 100 | 150 | 180 |
| Кисель витаминизированный | 200 | 200 | 200 | Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 |
| СРЕДА | | | | СРЕДА | | | |
| Огурец порционный | 60 | 60 | 100 | Компот яблочно - смородиновый | 200 | 200 | 200 |
| Запеканка куриная с кабачками | 50 | 80 | 100 | | | | |
| Спагетти с маслом | 100 | 150 | 180 | Блинчик с ветчиной и сыром | 70 | 140 | 140 |
| Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 | Борщ с мясом и сметаной | 200 | 250 | 300 |
| Сок фруктовый | 200 | 200 | 200 | Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 |
| | | | | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 200 | 200 |
| ЧЕТВЕРГ | | | | ЧЕТВЕРГ | | | |
| 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/ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 |
| Компот из клубники и черноплодной рябины | 200 | 200 | 200 | Компот из вишни | 200 | 200 | 200 |
| ПЯТНИЦА | | | | ПЯТНИЦА | | | |
| Помидор порционный | 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 с маслом | 100 | 150 | 180 | Сырок глазированный | 38 | 38 | 38 |
| Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 | Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 200 | Сок фруктовый | 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 | | | |
| Крокеты куриные | 50 | 80 | 100 | Мясо тушеное (свинина) | 50/20 | 80/30 | 100/50 |
| Кус - кус с овощами | 100 | 150 | 180 | Картофельное пюре | 100 | 150 | 180 |
| Зефир | 40 | 40 | 40 | Фрукт (виноград черный) | 150 | 150 | 150 |
| 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 | Напиток витаминизированный | 200 | 200 | 200 |
| СРЕДА | | | | СРЕДА | | | |
| Филе рыбы запеченное (минтай) | 50 | 80 | 100 | Курица запеченная | 50 | 80 | 100 |
| Картофельное пюре | 100 | 150 | 180 | Спагетти с маслом | 100 | 150 | 180 |
| Фрукт (слива) | 150 | 150 | 150 | Печенье овсяное | 30 | 30 | 30 |
| Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 | Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 |
| Сок фруктовый | 200 | 200 | 200 | Компот фруктово - ягодный (клубника, лимон, мята) | 200 | 200 | 200 |
| | | | | | | | |
| ЧЕТВЕРГ | | | | ЧЕТВЕРГ | | | |
| Плов с мясом (свинина) | 150 | 200 | 250 | Блинчик с маслом | 40/5 | 80/10 | 80/10 |
| Помидор порционный | 60 | 60 | 100 | Суп гороховый с мясом | 200 | 250 | 300 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 | Десерт творожный | 50 | 50 | 50 |
| Чай с сахаром | 200 | 200 | 200 | Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 | 30/20 | 30/20 |
| | | | | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 200 | 200 |
| ПЯТНИЦА | | | | ПЯТНИЦА | | | |
| Икра свекольная | 60 | 60 | 100 | Огурец порционный | 60 | 60 | 100 |
| Котлета из птицы (курица) | 50 | 80 | 100 | Котлета мясная (свинина, курица) | 50 | 80 | 100 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 100 | 150 | 180 | Каша гречневая рассыпчатая 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 | Сок фруктовый | 200 | 200 | 200 |
| СТОИМОСТЬ: | 67-00 | 80-00 | 93-00 | СТОИМОСТЬ: | 67-00 | 80-00 | 93-00 |