



МЕНЮ
Свободного выбора «ЛЮБИМОЕ»
 для ОУ № 34
 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			
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			
Салат из помидоров с яйцом (яйцо, помидоры, сыр, соус)	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			
				Салат овощной (капуста, огурцы, кукуруза, соус)	60	60	100
Плов с мясом (свинина)	150	200	250	Запеканка мясная с морковью	50	80	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 яблочный - смородиновый	200	200	200
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Салат (капуста, морковь, масло)	60	60	100				
Запеканка куриная с кабачками	50	80	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			
				Котлета мясная (свинина, курица)	50	80	100
Салат овощной (морковь, огурцы, горошек, соус)	60	60	100	Рис с маслом	100	150	180
Жаркое с индейкой	200	250	300	Фрукт (виноград черный)	150	150	150
Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный витаминизир./ржаной	20/20	30/20	30/20
Чай с сахаром	200	200	200	Сок фруктовый	200	200	200
СРЕДА				СРЕДА			
				Филе рыбы запеченное (минтай)	50	80	100
Плов с мясом (свинина)	150	200	250	Картофельное пюре	100	150	180
Помидор порционный	60	60	100	Печенье овсяное	30	30	30
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
Сок фруктовый	200	200	200	Компот фруктово-ягодный (клубника, лимон, мята)	200	200	200
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Крокеты из птицы	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
Кус – кус с овощами	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