



**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА «Аппетитное»  
для МБНОУ «Лицей» и МБОУ «Гимназия №21»  
(Ноябрь– февраль 2018-2019 гг.)**

Наименование блюда	Выход, гр.
<b>ДЕНЬ 1</b>	
Суп-пюре из курицы с овощами	200/10
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180
***Молочный десерт	38/50/100
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Чай с сахаром	200
<b>ДЕНЬ 2</b>	
Салат (капуста б/к, морковь, масло)	100
Суп-пюре из овощей с гренками (капуста б/к, картофель, морковь, лук, гренки)	200/10
Шашлычок из курицы	100/30
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 3</b>	
Салат (морковь, сыр, чеснок, соус)	100
Суп картофельный с фрикадельками	200
Говядина отварная	80
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 4</b>	
Похлебка	200
Рыба жареная (минтай)	80
Булгур с маслом	150
*Фрукт	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 5</b>	
Салат (картофель, огурцы соленые, сыр, филе куриное, соус)	100
Суп с гренками (бульон овощной, сыр, сливки, лук, картофель)	200
Котлеты морковные со сметанным соусом	100/30
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 6</b>	
Суп куриный с домашней лапшой	200/12/10
Спагетти с сыром	180
***Молочный десерт	38/50/100
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Чай с сахаром и лимоном	200
<b>ДЕНЬ 7</b>	
Суп-пюре из брокколи с гренками	200
Котлета из птицы	100
*Фрукт	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 8</b>	
Салат (огурцы, помидоры, кукуруза, соус)	100
Борщ с мясом и сметаной	200/10
Говядина отварная с сыром	90
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 9</b>	
Салат (помидор, филе куриное отварное, маслины, сыр, гренки пшеничные, заправка)	60
Суп картофельный с мясом	200
Рис с маслом и шафраном	180
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 10</b>	
Уха с рыбой	200
Гратен из индейки (индейка, капуста брокколи, лук, морковь)	150
*Фрукт	200
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>СТОИМОСТЬ:</b>	
	<b>90-00</b>



## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА «Аппетитное» для МБНОУ «Лицей» и МБОУ «Гимназия №21»

Наименование блюда	Выход, гр.
<b>ДЕНЬ 11</b>	
Суп куриный с гречневой крупой	200
Макароны с маслом	180
***Молочный десерт	38/50/100
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Чай с сахаром и лимоном	200
<b>ДЕНЬ 12</b>	
Салат (помидоры, огурцы, перец, брынза, маслины, заправка)	100
Рассольник с мясом и сметаной	200/10
Филе куриное отварное	80
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 13</b>	
Суп картофельный с мясом	200
Котлета рыбная (горбуша)	80
*Фрукт	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 14</b>	
Салат (капуста б/к, морковь, горошек, масло)	100
Суп рыбный с крупой	200
Говядина отварная	80
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 15</b>	
Салат (говядина, яблоки, сыр, лук, соус, зелень)	50/10
Свекольник с мясом и сметаной	200
Котлеты картофельные с маслом	100/5
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 16</b>	
Салат (картофель, морковь, яйцо, горошек, колбаса вареная, филе птицы, соус)	100
Суп - пюре с чечевицей	200
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Чай с сахаром	200
<b>ДЕНЬ 17</b>	
Борщ с мясом и сметаной	200
Биточек рыбный с кальмаром	80
***Молочный десерт	38/50/100
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 18</b>	
Суп рисовый с томатом	200
Запеканка овощная с сыром (капуста цветная, филе куриное, лук, морковь)	180
*Фрукт	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 19</b>	
Суп-пюре из овощей с гренками (капуста б/к, картофель, морковь, лук, гренки)	200/10
Голубцы фаршированные мясом и рисом	80
***Молочный десерт	38/50/100
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>ДЕНЬ 20</b>	
Салат (салат листовой, филе птицы, сыр, помидоры, маслины)	60
Суп (бульон овощной, сыр, сливки, лук, картофель) с гренками	200
Биточек из индейки с кабачками	80
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
**Напиток	200
<b>СТОИМОСТЬ:</b>	<b>90-00</b>

\*Фрукт: груша, яблоко, мандарин, апельсин.

\*\*Напиток: Сок фруктовый в ассортименте; Компот из ягод (смородина, клубника, облепиха, вишня, красная смородина, клюква, брусника); Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов, курага).

\*\*\*Молочный десерт: сырок глазированный, термизированный йогуртный продукт, продукт творожный термизированный.

\*\*\*\*Внимание! МАУ «Школьное питание» оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости меню (замена в меню осуществляется на равноценные по стоимости и пищевой ценности продукты).