



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК**
(«Мясной» комплекс)
для ОУ № 10, 11, 45, 52, 54, 85
сентябрь-октябрь 2016 г.

I НЕДЕЛЯ				II НЕДЕЛЯ			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
Фрукт свежий*	150	150	150	Фрукт свежий*	150	150	150
Колбаса отварная порционная «Зеро»	50	80	100	Сосиска отварная «Турник»	50	75	100
Спагетти отварные с маслом «Дистанция»	100	150	180	Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	100	150	180
Чай с сахаром и лимоном	200	200	200	Чай с сахаром	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	Молокосодержащий продукт промышленного производства***	38/50/100	38/50/100	38/50/100
Котлета мясная "Пестрая" (мякоть куриная, говядина, кукуруза, горошек консервированный)	50	80	100	Филе птицы с овощами «Вдохновение»	50/20	80/30	100/50
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	100	150	180	Пюре картофельное «Переключка»	100	150	180
Напиток**	200	200	200	Напиток витаминизированный плодово-ягодный	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			
Молокосодержащий продукт промышленного производства***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Огурец порционный	60	60	100
Запеканка картофельная с мясом и сметанным соусом «Сытная»	100/20	150/30	200/50	Котлета из мяса птицы с сыром "Петушинный бой"	50	80	100
Кисель витаминизированный	200	200	200	Рис отварной «Пекин»	100	150	180
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Напиток**	200	200	200
				Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Молокосодержащий продукт промышленного производства***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Молокосодержащий продукт промышленного производства***	38/50/100	38/50/100	38/50/100
Гуляш из свинины «Отличник»	50/20	80/30	100/50	Жаркое с рыбой и сметаной «В поисках немо» (филе минтая, картофель, сметана)	150	200	250
Рис отварной «Пекин»	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				
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Закуска "Лига спорта" (перец болгарский св., огурец св., орех грецкий, чеснок, масло подсол.)	60	60	100	Салат «Солнечный» (морковь, сыр, соус)	50/10	50/10	85/15
Курица запеченная с сыром «NEW»	55	85	105	Гуляш из свинины «Отличник»	50/20	80/30	100/50
Пюре картофельное «Переключка»	100	150	180	Спагетти отварные с маслом «Дистанция»	100	150	180
Напиток**	200	200	200	Отвар из шиповника	200	200	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
СТОИМОСТЬ:	55-00	68-00	80-00	СТОИМОСТЬ:	55-00	68-00	80-00
III НЕДЕЛЯ				IV НЕДЕЛЯ			
ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс	ПОНЕДЕЛЬНИК	Мини	1 комплекс	2 комплекс
Фрукт свежий*	150	150	150	Фрукт свежий*	150	150	150
Пельмени отварные с маслом и зеленью	100/5	150/7	200/10	Сарделька отварная «Штанга»	50	100	100
Кисель витаминизированный	200	200	200	Каша гречневая вязкая «Олимпийская»	100	150	180
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Напиток витаминизированный плодово-ягодный	200	200	200
				Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Ассорти из овощей «Калейдоскоп» (помидоры, огурцы)	30/30	30/30	50/50	Молокосодержащий продукт промышленного производства***	38/50/100	38/50/100	38/50/100
Тефтели с овощами «Колобки»	50/20	80/30	100/50	Котлета мясная «Сочная»	50	80	100
Каша гречневая вязкая «Олимпийская»	100	150	180	Рис отварной «Пекин»	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			
Молокосодержащий продукт промышленного производства***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Яйцо отварное «Кругляш»	50	50	50
Плов с говядиной и перловой крупой «Богатырь»	150	200	250	Курица запеченная с сыром «NEW»	55	85	105
Напиток**	200	200	200	Макаронные изделия отварные с маслом «Школьные»	100	150	180
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20	Напиток**	200	200	200
	20/20			Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	30/20	30/20
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Сельдь с луком	45/10/5	45/10/5	80/15/5	Салат «Пятерочка» (помидор свежий, масло растительное, зелень)	55/5	55/5	95/5
Курица запеченная «Золотая курочка»	50	80	100	Голубцы ленивые в сметано-томатном соусе «Каникулы»	100/30	200/50	300/70
Пюре картофельное «Переключка»	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				
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Молокосодержащий продукт промышленного производства***	38/50/100	38/50/100	38/50/100	Молокосодержащий продукт промышленного производства***	38/50/100	38/50/100	38/50/100
Зрза «Улыбка»	50	80	100	Рыба «Отличная» с овощами	50/20	80/30	100/50
Макаронные изделия отварные с маслом «Школьные»	100	150	180	Пюре картофельное «Переключка»	100	150	180
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:	55-00	68-00	80-00	СТОИМОСТЬ:	55-00	68-00	80-00

*Фрукт свежий: виноград, слива, груша, яблоко, апельсин.

**Напиток: Сок фруктовый в ассортименте; Компот (из смородины, из сухофруктов, из облепихи, из кураги, из красной смородины, яблочно-смородиновый, яблочно-вишневый, яблочно-облепиховый, яблочно-брусничник).

***Молокосодержащий продукт промышленного производства: 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.