



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ  
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК «ДЕМОКРАТИЧНЫЙ»**  
для ОУ № 1ф, 8, 11ф, 18, 21ф, 61, 62ф, 73, 80  
сентябрь-октябрь 2015 г.

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Суп куриный с вермишелью «Хорошист»	200	Бутерброд с сосиской	20/25
Каша пшеничная «Польза»	150	Суп картофельный с мясом	200
Чай с сахаром и лимоном	200	Каша гречневая вязкая «Олимпийская»	150
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Чай с сахаром	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Булочка «Сырная»	50	Сдоба «Классика»	50
Суп с горохом «По-учительски»	200	Суп крестьянский	200
Рис отварной «Пекин»	150	Пюре картофельное «Переключка»	150
Компот	200	Напиток витаминизированный плодово-ягодный	200
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20
СРЕДА		СРЕДА	
Бутерброд с колбасой	20/20	Борщ с фасолью	200
Рассольник «Бодрость»	200	Каша ячневая «Медаль»	150
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Компот	200
Кисель витаминизированный	200	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20		
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Пирожок со сгущенным молоком	50	Пирожок с конфитуром	50
Суп рыбный с крупой	200	Суп-пюре из овощей с гренками	200/12/10
Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	150	Рис отварной «Пекин»	150
Компот	200	Компот	200
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Щи со сметаной «По-директорски»	200	Бутерброд с сыром	20/15
Пюре картофельное «Переключка»	150	Свекольник со сметаной	200
Компот	200	Спагетти отварные с маслом «Дистанция»	150
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Отвар из шиповника	200
		Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
<b>СТОИМОСТЬ:</b>		<b>СТОИМОСТЬ:</b>	
<b>39-00</b>		<b>39-00</b>	

III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Бутерброд с сыром	20/15	Бутерброд с маслом сливочным	20/15
Бульон куриный с яйцом и гренками	200/12/10	Суп с фрикадельками	200
Спагетти отварные «Римские каникулы» с томатным соусом	150/30	Рис с овощами «Ассорти»	150
Кисель витаминизированный	200	Напиток витаминизированный плодово-ягодный	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Пирожок с яблоком	50	Булочка «Лакомка» со сгущенным молоком	50
Рассольник «Ленинградский»	200	Свекольник со сметаной	200
Каша перловая рассыпчатая «Здоровье»	150	Каша гречневая рассыпчатая «Спортивная»	150
Компот	200	Компот	200
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20
СРЕДА		СРЕДА	
Щи «По-директорски» со сметаной	200	Суп-пюре из овощей с гренками	200/12/10
Пюре картофельное «Переключка»	150	Пюре картофельное «Переключка»	150
Компот	200	Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Корж молочный	75	Булочка с маком	50
Суп с горохом «По-учительски»	200	Суп крестьянский	200
Рис отварной с томатным соусом	150/30	Капуста тушеная	150
Компот	200	Компот	200
Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный витаминизированный/ржаной	20/20
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Борщ «Респект» со сметаной	200	Щи вегетарианские со сметаной	200
Макаронные изделия отварные с сыром «Школьные»	150	Картофель запеченный с сыром	150
Чай с сахаром	200	Компот	200
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
<b>СТОИМОСТЬ:</b>		<b>СТОИМОСТЬ:</b>	
<b>39-00</b>		<b>39-00</b>	

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

\*\*Внимание! МАУ «Школьное питание» оставляет за собой право на внесение изменений в меню без изменения стоимости комплекса.

**Обращаем Ваше внимание, что данный вариант не обеспечит ребенку необходимое количество основных питательных веществ и требуемой калорийности суточного рациона, поскольку не содержит блюд из мяса, рыбы, птицы, фруктов и молочных продуктов!**