

Примерное меню

21.09.2020-25.09.2020

Завтрак	86,99	53,00
----------------	--------------	--------------

Фрукт свежий яблоко	120	
Масло сливочное (порциями)	10	
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	
Поджарка из говядины	80	80
Макаронные изделия отварные	150	150
Чай с лимоном	200/7	200/7
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	

Йогурт фруктовый	1 шт	
Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	60
Котлета рыбная (минтай)	80	80
Рис отварной с маслом сливочным	150	150
Напиток из плодов шиповника	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	

Творог с наполнителями мягкий	1 шт	
Сыр российский (порциями)	15	15
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	
Бефстроганов из филе куриного	80/30	50/30
Каша рассыпчатая гречневая	150	150
Кисель концентрата	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	

Йогурт фруктовый	100	
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	60
Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)	50/50	50/50
Пюре картофельное	150	150
Чай с сахаром	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	

Фрукт свежий мандарин	120	
Салат из моркови с сахаром	60	60
Биточек куриный	80	80
Макаронные изделия отварные с маслом слив	150	150
Кофейный напиток с молоком	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	

2-й ЗАВТРАК

8,01

Кондитерское изделие	50
Чай с сахаром	200

Обед	86,99	53,00
-------------	--------------	--------------

Понедельник

Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	
Фрукт свежий яблоко	120	
Суп из овощей с говядиной	6/250	6/250
Плов из курицы	50/125	50/125
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб пшеничный	20	
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	32,5

Вторник

Салат из моркови с сахаром	60	
Фрукт свежий мандарин	120	
Борщ с капустой и картофелем с говядиной	6/250	6/250
Рагу из курицы	50/125	50/125
Компот из смеси сухофруктов	200	200
Хлеб пшеничный	20	
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	32,5

Среда

Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	
Фрукт свежий груша	120	
Суп картофельный с пшеном и рыбой (минтай)	25/250	25/250
Поджарка из говядины	80	80
Макаронные изделия отварные	150	150
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб пшеничный	20	
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	32,5

Четверг

Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	60
Фрукт свежий яблоко	120	
Щи из свежей капусты с картоф и говядиной	6/250	6/250
Шницель из курицы	80	80
Рагу из овощей	150	150
Кисель концентрата	200	200
Хлеб пшеничный	20	
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	32,5

Пятница

Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	60
Фрукт свежий мандарин	120	
Рассольник ленинградский с говядиной	6/250	6/250
Бефстроганов из филе куриного	80/30	50/30
Каша рассыпчатая гречневая	150	150
Напиток из плодов шиповника	200	200
Хлеб пшеничный	20	
Хлеб ржаной витаминизированный	32,5	32,5

ПОЛДНИК

8,01

Кондитерское изделие	50
Чай с сахаром	200