

УТВЕРЖДАЮ

Директор образовательного учреждения

МБОУ "Губернаторский лицей №100"
В. В. Обедов

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Город Кафе"

Кондрев С. К.

МЕНЮ с 01.09.22г СОШ г. Ульяновск с 7-11 лет

Губернаторский лицей №100 для Лукичевой Василисы 1 "А" класс

1 неделя понедельник

№	Наименование блюда	Выход, г
Завтрак		
-	Фрукты свежие (посезонно)	1 шт
302	Каша овсяная на воде с малом растит	205
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	* Салат из свежих овощей "Ассорти"	60
139	Суп картофельный с бобовыми на раст масле	200
фирм	Крокеты "Школьные" тушеные в сооусе на раст масле 60/30	90
516	Макароны отварные с маслом растит	150
634	Компот из фруктовой ягодной смеси	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

*Примечание : Замена посезонно -далее (ЗП)

(ЗП)	Салат из отварной свеклы без сыра	60
------	-----------------------------------	----

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Вторник

Завтрак

	Яблоко	1 шт
302	Каша гречневая на воде маслом растит	205
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

Итого за 'Завтрак'

Обед

-	Фрукты свежие(посезонно)	1 шт
124	Щи из свежей капусты на растит масле	200
	Курица отварная	90
520	Картофельное пюре с маслом раст б/ молока	150
639	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Среда

Завтрак

	Макароны отварным маслом растит	200
686	Чай с лимоном и сахаром	200
Фирм	Булочка детская	50

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	*Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	60
сб 1982г	Суп картоф клецками на масле растит	200
492	Плов с птицей на масле растит	230
-	Сок фруктовый	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

*Примечание : Замена посезонно (ЗП)

(ЗП)	Салат Витаминный(капуста конс, кукуруза)	60
------	--	----

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Четверг

Завтрак

	Овощи порционно (посезонно)	30
478	Запеканка картофельная с мясом птицы на масле растит	200
-	Сок фруктовый	200
-	Хлеб пшеничный	60

Итого за 'Завтрак'

Обед

71	Винегрет овощной	60
135	Суп из овощей на масле растит	200
451	Биточки "Детские"	90
330	Гороховое пюре с малом растит	150
639	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Пятница

Завтрак

-	Фрукты свежие (посезонно)	1шт
	Каша гречневая с маслом растит	150
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	*Салат "Солнышко"	60
132	Рассольник "Ленинградский" на масле растит	200
Фирм	Рагу из птицы по-домашнему на масле растит	250
-	Сок фруктовый	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

*Примечание : Замена посезонно (ЗП)

25	Салат " Степной "	60
----	-------------------	----

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Суббота

Завтрак

	Овощи порционно (посезонно)	60
461	Тефтели 60/30	90
512	Рис припущенный с малом растит	150
686	Чай с лимоном и сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	*Салат из капусты "Фасолька"	60
140	Суп лапша домашняя с картофелем	200
Фирм	Филе куриное отварное	90
508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растит	150
639	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

*Примечание : Замена посезонно (ЗП)

570	Маринад овощной	60
-----	-----------------	----

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

2 неделя Понедельник

Завтрак

	Фрукт	1 шт
302	Каша пшенная на воде с маслом растит	205
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

Итого за 'Завтрак'

Обед

43	*Салат из белокочанной капусты и моркови	60
139	Суп картофельный с бобовыми на масле раст	200
Фирм	Биточки "Тотоши" на масле растит	90
516	Макароны отварные с маслом растит	150
-	Сок фруктово-ягодный	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

*Примечание : Замена посезонно (ЗП)

фирм	Салат из квашен. капусты с ягодами	60
------	------------------------------------	----

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Вторник

Завтрак

	Картофель отварной маслом растит	180
685	Чай с сахаром	200
Фирм	Булочка Ванильная	50

Итого за 'Завтрак'

Обед

20	*Салат из свежих помидор и огурцов	60
110	Борщ из св. капусты с карт.на масле раст	200
фирм	Гуляш 40/50	90
520	Картофельное пюре с маслом растит б/молока	150
639	Компот из сухофруктов	200
	Мармелад	30
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

*Примечание : Замена посезонно (ЗП)

	Овощи порционно (посезонно)	60
--	-----------------------------	----

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Среда

Завтрак

	Овощи порционно (посезонно)	50
фирм	Паста по-симбирски на масле растит	200
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	Салат из отварной свеклы б/сыра	60
сб 1982г	Суп картофельный клецками на масле растит	200
487	Птица порционная запеченная	90
330	Гороховое пюре с маслом растит	150
705	Напиток шиповника	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Четверг

Завтрак

	Булочка деткая	50
фирм	Каша на воде "Дружба" с маслом раст	205
648	Кисель плодово-ягодный	200

Итого за 'Завтрак'

Обед

-	Фрукты свежие (посезонно)	1 шт
132	Рассольник "Ленинградский" без сметаны	200
436	Жаркое по-домашнему на масле растит	230
639	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Пятница

Завтрак

-	Фрукты свежие(посезонно)	200
Фирм	Тефтели "Забава" 60/30	90
фирм	Капуста цветная запечен с соусом сухарным 90/10 на масле растит	100
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	50

Итого за 'Завтрак'

Обед

71	Винегрет овощной	60
140	Суп лапша домашняя с картофелем на масле растит	200
фирм	Бефстроганов из курицы на масле растит	90
508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом раст	150
686	Чай с лимоном и сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Суббота

Завтрак

	Картофель отварной с маслом растит	150
101	Горошек зеленый порционно	35
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	Салат "Бурячок" (свекла, зел горошек, яблоко)	60
124	Щи из свежей капусты на масле раст	200
505	Кнели паровые б/масла сливочного	90
520	Картофельное пюре с маслом раст б/молока	150
639	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

Итого за 'Обед'

Итого за день