



**М Е Н Ю 1 ДЕНЬ**  
**понеделник**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
200/ Каша рисовая молочная 200/ Запеканка творожная  
45/ Печенье "Мультизлак" 30/ Хлеб с отрубями  
10/ Сливочное масло 10/ Джем  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 15/ Сахар  
8/ Лимон 150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Греческий»  
100/ Салат "Дальний Восток"  
100/ Салат "Мимоза" со сметаной

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Бульон куриный с лапшой  
250 / Суп вегетарианский с чечевицей

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Семга на пару, в сливочном соусе  
100/ Бефстроганов  
75/ Биточки куриные  
25/ Соус "Домашний кетчуп"

**ГАРНИР**

150/ Рис  
150/ Картофельное пюре

**НАПИТОК**

180/ Морс из клюквы

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДИК**

100/ Сандвич с курицей  
180/ Сок фруктовый  
150/ Фрукт  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

200/ Плов с бараниной  
75/15 Салат с томатами и сметаной  
75/30 Овощной микс  
20/ Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



**М Е Н Ю 2 ДЕНЬ**  
**вторник**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко  
160/ Фруктовый салат (добавка к каше или мюсли)  
200/ Каша овсяная на молоке  
100/15 Запеканка творожная со сметаной 30/ Хлеб с отрубями  
10/ Сливочное масло 10/ Джем  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Мясной»  
100/ Салат "Витаминный"  
100/ Салат из свежих овощей  
**ПЕРВОЕ БЛЮДО**  
250/ Солянка сборная мясная  
250 / Суп – крем из кукурузы  
**ВТОРОЕ БЛЮДО**  
100/ Мясо тушеное с овощами  
100/ Язык отварной  
75/ Рыбная котлета  
25/ Соус "Овощной" 50/ Соус "Песто"

**ГАРНИР**

100/ Овощи на пару  
150/ Гречка отварная

**НАПИТОК**

180/ Компот из вишни

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДИК**

150/ Блины с творожным сыром  
20/ Печенье органик  
180/ Ряженка  
180/ Сок фруктовый  
150/ Фрукт  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

200/ Запеканка с макаронами и ветчиной  
75/ Мини Капрезе 75/ Овощной микс  
30/ Сметана  
20/ Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



М Е Н Ю 3 ДЕНЬ  
среда

### ЗАВТРАК

180/ Йогурт 35/Хлопья 35/ Мюсли 150/Молоко  
115/ Рулет с ветчиной и сыром  
200/ Каша гречневая на молоке 30/ Хлеб с отрубями  
10/ Сливочное масло 10/ Джем  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/Салат «Цезарь с курицей»  
100/ Салат "Зеленая грядка" (огурец, редис, зел. лук)  
100/ Салат "Микс Черри"  
10/ Масло оливковое с травами

#### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Уха рыбная  
250 / Суп – крем из тыквы с сухариками

#### ВТОРОЕ БЛЮДО

110/ Куриное бедро запеченное  
75/ Котлетка из говядины  
100/Филе трески  
25/ Соус "Домашний кетчуп"

#### ГАРНИР

150/Капуста тушеная  
150/ Картофельные дольки

#### НАПИТОК

180/ Компот фруктовый

#### ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

### ПОЛДИК

100/ Сандвич с ветчиной  
180/Сок фруктовый  
150/Фрукт 180/ Кефир  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

### УЖИН

100/150 Шницель из говядины с картофельным пюре  
75/ Огурчик свежий 75/ Овощной микс  
30/Сметана  
30/Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



**М Е Н Ю      4 ДЕНЬ**  
**Четверг**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 130/ Угурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко  
20/ Сухофрукты 200/ Запеканка творожная  
200/ Каша три злака на молоке 30/ Хлеб с отрубями  
10/ Сливочное масло 10/ Джем  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 200/ Сок  
15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «КоулСлоу»  
100/ Салат "Крабовый с пекинской капустой"  
100/ Салат из огурцов с йогуртовой заправкой  
10/ Масло оливковое с травами 30/ Сметана

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Борщ с мясом 15/ Сметана  
250 / Суп – крем из овощей

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

150/ Куриное филе с яблочным муссом  
75/ Шницель из индейки  
75/ Рыбная котлетка  
50/ Соус "Сырный" 50/ Соус "Тар-Тар" на основе сметаны

**ГАРНИР**

150/ Картофельное пюре  
150/ Запеченные овощи

**НАПИТОК**

180/ Компот черная смородина

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

200/ Органик сосиска в тесте  
180/ Сок фруктовый  
150/ Фрукт  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/ Люля-Кебаб (говядина – баранина)  
150/ Картофель запеченный 75/ Овощной микс  
30/ Сметана  
30/ Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



М Е Н Ю 5 ДЕНЬ  
Пятница

### ЗАВТРАК

130/ Угурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко  
100/30 Сырники +соус (изюм или сметана)  
20/ Сырная нарезка 30/ Хлеб с отрубями  
10/ Сливочное масло 10/ Джем  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао  
15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат «Оливье»  
100/ Салат из свежих овощей  
100/ Салат из запеченной свеклы со сметанным соусом

10/ Масло оливковое с травами

#### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп-Крем из курицы с сыром  
250 / Щи из щавеля и шпината  
30/ Сметана

#### ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Свинина по-Французски  
75/ Семга запеченная с сыром  
100/ Тефтели в томатном соусе

#### ГАРНИР

100/ Картофельные драники  
150/ Рис

#### НАПИТОК

180/ Компот яблоко с курагой

#### ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

#### ПОЛДНИК

100/ Маффин творожный  
180/ Сок фруктовый  
150/ Фрукт 180/ Ряженка  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

### УЖИН

150/30 Ленивые голубцы со сметаной  
75/ Витаминный микс 15/ Сметана  
30/ Огурчик малосольный  
30/ Мини-булочка со злаками  
180/ Морс ягодный  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



**М Е Н Ю     6 ДЕНЬ**  
**Понедельник**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт150/Молоко  
200/ Каша "Дружба"  
180/130 Йогурт с мюсли и конфитюром  
30/ Хлеб с отрубями10/ Джем 10/ Сливочное масло  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/Салат «Помидоры с Фетой»  
100/ Салат с говяжьим языком  
100/ Винегрет Ленивый  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Щи из квашеной капусты  
250 / Суп из белой фасоли с бараниной

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Котлетка по-Домашнему  
75/ Курица в сливочном соусе  
100/Рыбное филе  
25/ Соус "Домашний кетчуп"

**ГАРНИР**

150/Макароны отварные  
200/ Запеченный картофель в фольге с сыром  
50/ Тертый сыр

**НАПИТОК**

180/ Компот яблоко и черная смородина

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

100/ Булочка "Сметанник"  
180/Сок фруктовый 180/ Молоко  
150/ Фрукт 20/ Шоколад "Аленка"  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/150 Рулет из курицы и говядины с рисом  
25/ Соус Овощной 75/ Овощной микс  
30/Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



**М Е Н Ю 7 ДЕНЬ**  
**Вторник**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт  
35/Мюсли 150/Молоко  
100/20 Омлет воздушный с зел. горошком  
40/ Органическая Сосиска  
30/ Хлеб с отрубями 20/ Сырная нарезка  
10/ Сливочное масло  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Закуска «Рыба под маринадом»  
100/ Салат из огурцов с йогуртово-мятной заправкой  
100/ Салат из свежих овощей  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Рассольник с мясом  
250 / Суп-крем из нута  
15/ Сметана

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Отварное мясо (говядина)  
75/ Котлетка из индейки  
100/Судак на пару  
25/ Соус "Домашний кетчуп"

**ГАРНИР**

150/Отварная гречка  
150/ Рис отварной

**НАПИТОК**

180/ Клюквенный морс

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

100/ 25 Сырный пирог с ягодным соусом  
180/ Кефир 150/ Фрукт  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/ Кордон-Блю с ветчиной и сыром  
25/ Соус Сырный 75/ Овощной микс  
150/Макароны 50/ Сыр тертый 180/ Фруктовый сок  
30/Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



**М Е Н Ю 8 ДЕНЬ**  
**Среда**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 35/Хлопья 35/ Мюсли 150/Молоко  
40/ Слоеный язычок 30/ Хлеб с отрубями  
200/ Рисовая молочная каша 10/ Джем  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/Салат «Столичный»  
100/ Салат Морковь с курагой  
100/ Салат "Огурец с Фета"  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Уха

250 / Крем-суп из брокколи

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Отварной язык  
75/ Котлетка из говядины со свиной  
75/Тефтели рыбные

**ГАРНИР**

100/50 Картофель отварной с баварским соусом  
150/ Макароны Спагетти  
50/ Сыр тертый

**НАПИТОК**

180/ Компот ягодный

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

100/ Ромовая баба  
130/20 Угурт с клюквенным соусом  
150/ Фрукт 180/ Молоко  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/ Гуляш из говядины  
75/ Витаминный микс 20/Сливочный соус 150/ Картофельное пюре  
30/Мини-булочка со злаками  
180/ Напиток от Шефа  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром





**М Е Н Ю 9 ДЕНЬ**  
**Четверг**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт 180/Йогурт 100/15 Сырники со сметаной  
35/ Мюсли 150/Молоко  
20/ Сырная нарезка 30/ Булочка с кунжутом  
10/ Джем  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/Салат с курицей, ананасом и кукурузой  
100/ Салат из свежих овощей с базиликом  
100/ Салат "Дальний Восток"  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Суп-Лапша куриная  
250 / Суп с чечевицей

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Индейка тушеная с овощами  
100/ Семга на пару  
100/Шницель рубленый мясной  
50 / Соус "Домашний кетчуп"

**ГАРНИР**

150/ Картофельное пюре  
150/ Капуста тушеная

**НАПИТОК**

180/ Компот вишневый

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

130/ Сандвич-круассан с курицей  
150/ Фрукт 180/ Напиток Снежок  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/150 Мясо по-Французски с рисом  
100/ Нарезка "Помидорка" с моцареллой  
10/ Соус "Базилик" (оливковое масло и базилик)  
30/Хлеб ржаной  
180/ Компот из сухофруктов  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



**М Е Н Ю 11 ДЕНЬ**  
**Понедельник**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко  
200/ Молочный суп с лапшой 10/ Сливочное масло  
45/ Печенье "Злаковое" 30/ Хлеб с отрубями  
10/ Джем 180/ Чай черный, фруктовый  
180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Крабовый с пекинской капустой»  
100/ Салат "Оливье с ветчиной"  
100/ Салат "Огурец с мятной заправкой"

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Щи из свежей капусты с мясом  
250 / Крем-Суп овощной  
30/ Сметана

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Бефстроганов  
100/ Котлетка из индейки  
100/ Запеченный хек  
25/ Соус "Сырный" 25/ Соус "Тар-Тар"

**ГАРНИР**

150/ Сотэ из кенийской фасоли  
150/ Картофельное пюре

**НАПИТОК**

180/ Морс фруктовый

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДИК**

90/ Ватрушка "Венгерская"  
160/ Фруктовый салат в шейкере  
180/15 Чай фруктовый с сахаром

**УЖИН**

100/25 Ежики в томатном соусе  
150/ Макароны 25/ сыр тертый  
75/30 Овощной микс со сметанным соусом  
20/ Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай черный с сахаром



**М Е Н Ю 10 ДЕНЬ**  
**Пятница**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
15/10/30 Бутерброд с красной икрой и маслом  
200/ Манная каша 10/ Джем 10/ Сливочное масло  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао  
15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат "Цезарь с курицей" и сухариками  
100/ Салат "КоулСлоу"  
100/ Салат "Дайкон и Морковь"  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Суп гороховый с мясом  
250 / Суп овощной с вермишелью

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Грудка куриная с яблоками  
100/ Рыбная котлетка  
100/ Мясная котлетка  
50 / Соус "Домашний кетчуп"

**ГАРНИР**

150/ Макароны  
100/ Цветная капуста на пару  
20/ Тертый сыр

**НАПИТОК**

180/ Компот из сухофруктов

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДИК**

75/ Дениш фруктовый  
150/ Фрукт 150/ Молоко  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/ Наггетсы куриные  
100/15 Салат "Витаминка" со сметаной  
10/ Соус "сырный"  
150/ Картофель запеченный  
180/ Напиток от Шефа  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром



## М Е Н Ю 12 ДЕНЬ

Вторник

### ЗАВТРАК

130/ Угурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко  
25/ Сухофрукты ассорти  
200/ Каша рисовая  
50/ Бисквит с корицей 30/ Хлеб с отрубями  
10/ Сливочное масло 10/ Джем  
180/ Чай черный, фруктовый 15/ Сахар  
8/ Лимон  
150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат «Мясной»  
100/ Салат "Витаминный"  
100/ Салат "Цезарь с семгой"

#### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп харчо с говядиной  
250 / Суп – крем из кукурузы

#### ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Медальоны из вырезки со слив. соусом  
100/ Куриное Филе со шпинатом и сыром  
100/ Рыбная котлетка  
25/ Соус "Домашний кетчуп" 25/ Соус "Тар-Тар"

#### ГАРНИР

100/ Овощи на пару  
150/20 Макароны с сыром

#### НАПИТОК

180/ Морс из вишни

#### ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

### ПОЛДИК

80/ Слойка с ветчиной и сыром  
180/ Ряженка  
180/ Сок фруктовый  
150/ Фрукт  
180/15 Чай фруктовый с сахаром

### УЖИН

100/ Органические сосиски  
150/ Картофельные дольки  
75/30 Овощной микс со сметанным соусом  
20/ Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай зеленый, черный с сахаром



М Е Н Ю 13 ДЕНЬ  
Среда

ЗАВТРАК

180/ Йогурт 130/ Угурт  
35/Хлопья 35/ Мюсли 150/Молоко  
20/ Сырная нарезка 200/ Каша гречневая на молоке  
20/ Мини булочка с семенами кунжута и льна  
10/ Сливочное масло 10/ Джем  
180/ Чай зеленый, черный 180/ Какао 15/ Сахар  
8/ Лимон 150/ Фрукт

ОБЕД

Салаты:

100/Салат «Овощной»  
100/ Салат "Мимоза" со сметаной  
100/ Салат "Коул-Слоу"  
15/ Зеленое масло

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Уха  
250 / Овощной суп с макаронами

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Азу из говядины  
100/ Шницель из индейки  
100/Семга на пару  
25/ Соус "Домашний кетчуп" 25/ Соус "Тар-Тар"

ГАРНИР

150/Рис  
150/ Картофель отварной с зеленью

НАПИТОК

180/ Яблочно-вишневый напиток

ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

ПОЛДНИК

90/ Розан с ананасом  
100/20/30 Творог с мюсли и конфитюром  
180/Сок фруктовый  
150/Фрукт 180/ Ряженка  
180/15 Чай черный с сахаром

УЖИН

100/150 Отбивная говяжья с рисом  
75/25 Витаминный микс со сметанным соусом  
20/Мини-булочка со злаками 20/ Соус "Домашний кетчуп"  
180/15 Чай фруктовый с сахаром



**М Е Н Ю 14 ДЕНЬ**  
**Четверг**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко  
200/ Каша рисовая по-Итальянски  
(с шоколадом соусом и персиковым пюре)  
30/ Хлеб кукурузный с сыром 10/ Сливочное масло  
180/ Чай черный и фруктовый 180/ Сок 15/ Сахар  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

100/ Салат «Греческий»  
100/ Закуска "Рыба под маринадом"  
100/ Свекла с чесноком и сыром  
20/ Сметана  
**ПЕРВОЕ БЛЮДО**  
250/ Борщ с мясом 15/ Сметана  
250 / Минестроне  
**ВТОРОЕ БЛЮДО**  
100/ Куриные биточки  
100/ Тефтели в томатном соусе  
75/ Судак на пару  
50/ Соус "Тар-Тар" на основе сметаны  
**ГАРНИР**  
150/ Картофельное пюре с тыквой  
150/ Овощное соте  
**НАПИТОК**  
180/ Компот "Черная смородина"  
**ХЛЕБ**  
30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

110/ Итальянская чабатта с курицей, салатом, сыром и соусом  
180/ Сок фруктовый 150/ Фрукт  
180/ Лимонный напиток с мятой  
180/ 15 Чай черный с сахаром

**УЖИН**

200/ Лазанья с мясным фаршем  
75/ 30 Овощной микс со сметанным соусом  
20/ Мини-булочка со злаками  
180/ 15 Чай черный с сахаром



## МЕНЮ 14 ДЕНЬ (доп. День)

Четверг

### ЗАВТРАК

180/ Йогурт 130/ Угурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко 30/ Круассан классик  
200/ Французская овсянка с кленовым сиропом  
10/ Джем 10/ Сливочное масло  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат "Цезарь с курицей" и сухариками  
100/ Салат "КоуСлоу"  
100/ Салат "Дайкон и Морковь"

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп гороховый с мясом  
250 / Суп овощной

### ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Грудка куриная с яблоками  
100/ Рыбная котлетка  
100/ Мясная котлетка

### ГАРНИР

150/ Макароны  
100/ Рататуй  
20/ Тертый сыр

### НАПИТОК

180/ Компот из сухофруктов

#### ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

### ПОДАРИК

100/ Сырные палочки  
20/ Печенье "Мадлен"  
150/ Фрукт 180/ Сок фруктовый  
180/15 Чай фруктовый с сахаром

### УЖИН

100/ Наггетсы куриные  
150/ Картофельные дольки запеченные с розмарином  
100/15 Салат "Витаминка" со сметаной  
180/ Напиток от Шефа  
180/15 Чай черный или фруктовый



**М Е Н Ю 15 ДЕНЬ**  
**Пятница**

**ЗАВТРАК**

180/Йогурт  
35/Мюсли 150/Молоко  
200/Сырники со сметаной 20/ Сырная нарезка  
20/Хлеб с отрубями 10/ Сливочное масло  
180/ Чай фруктовый, черный 180/ Какао  
150/Фрукт

**ОБЕД**

100/Салат «Винегрет»  
100/Салат Черри микс с мини моцареллой  
100/Салат Айсберг с курицей, сыром, кукурузой

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/Суп-Крем куриный с сухариками  
250/Щи из щавеля и шпината

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/Свинина по-Французски  
100/соус Болоньезе (фарш в томатном соусе)  
100/Куриное филе с яблочным муссом

**ГАРНИР**

150/Картофельные драники  
100/Пенне

**НАПИТОК**

180/Морс “Черная смородина и Яблоко”

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

100/Сосиска в тесте  
20/Печенье “Органика”  
150/Фрукт 130/ Угурт  
180/Чай черный, фруктовый

**УЖИН**

100\150 Котлета по-Домашнему с гречкой  
75/Витаминный микс 50/ Огурчик малосоленный  
Мини-булочка со злаками  
180/Морс ягодный  
180/Чай зеленый или фруктовый с сахаром





М Е Н Ю 16 ДЕНЬ  
Понедельник

### ЗАВТРАК

200/Омлет с сыром и помидорами  
180/130 Йогурт с мюсли и конфитюром  
10/Сливочное масло 15/ Джем 150/Молоко  
180/Чай фруктовый, черный  
150/Фрукт

### ОБЕД

100/Салат «Помидоры с Фетой»  
100/Салат с говяжьим языком  
100/Салат Зеленая грядка

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/Щи из квашеной капусты  
250/Суп из белой фасоли с бараниной  
25/Сметана

### ВТОРОЕ БЛЮДО

100/Котлетка свинина и говядина  
100/Курица в сливочном соусе  
100/Рыбное филе  
25/ соус Тар-Тар 25/ Домашний кетчуп

### ГАРНИР

150/Макароны отварные с сыром  
150/Запеченный картофель в фольге с сыром  
драники  
100/Пенне

### НАПИТОК

180/Морс "Черная смородина и Яблоко"

### ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

### ПОЛДНИК

100/Сосиска в тесте  
20/Печенье "Органика"  
150/Фрукт 130/ Угурт  
180/Чай черный, фруктовый

### УЖИН

100\150 Котлета по-Домашнему с гречкой  
75/Витаминный микс 50/ Огурчик малосольный  
Мини-булочка со злаками  
180/Морс ягодный  
180/Чай зеленый или фруктовый с сахаром



**М Е Н Ю 17 ДЕНЬ  
ВТОРНИК**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт  
35/ Мюсли 150/Молоко  
50/ Булочка Домашняя  
30/ Хлеб с отрубями 20/ Сырная нарезка  
100/Запеканка с печеньем 20/ Сметана 10/ Сливочное масло  
180/ Чай черный 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Дальневосточный»  
100/ Салат из огурцов с йогуртово-мятной заправкой  
100/ Салат из свежих овощей  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Рассольник с мясом  
250 / Суп-крем из нута  
15/ Сметана

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Гуляш из говядины  
75/ Котлетка из индейки  
100/Судак на пару  
25/ Соус "Домашний кетчуп"

**ГАРНИР**

150/Отварная гречка  
150/ Рис отварной

**НАПИТОК**

180/ Клюквенный морс

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

100/ 25 Сырный пирог с ягодным соусом  
180/ Лимонад от шефа  
150/ Фрукт  
180/15 Чай фруктовый с сахаром

**УЖИН**

100/ Кордон-Блю с ветчиной и сыром  
25/ Соус Сырный 75/ Овощной микс  
150/Картофельные дольки 180/ Фруктовый сок  
20/Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай черный с сахаром



**М Е Н Ю 18 ДЕНЬ  
СРЕДА**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт  
35/ Хлопья 35/ Мюсли 150/Молоко  
45/ Печенье "Мультизлаковое" 30/ Хлеб с отрубями  
200/ Рисовая молочная каша 10/ Джем 10/Сливочное масло  
180/ Чай черный, фруктовый 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/Салат «Столичный»  
100/ Салат Морковь с курагой  
100/ Салат "Огурец с Фета"  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Уха

250 / Крем-суп из брокколи

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Отварной язык  
110/ Куриное бедро  
100/Тефтели рыбные

**ГАРНИР**

100/50 Картофель отварной с баварским соусом  
150/ Макароны  
20/ Сыр тертый

**НАПИТОК**

180/ Морс ягодный

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

60/ Заварной орешек  
150/ Фрукт 180/ йогурт 180/ Сок фруктовый  
180/15 Чай черный с сахаром

**УЖИН**

100/150 Гуляш из говядины с картофельным пюре  
75/20 Витаминный микс со сметанным соусом  
30/Мини-булочка со злаками  
180/ Напиток от Шефа  
180/15 Чай черный с сахаром



**М Е Н Ю 19 ДЕНЬ  
ЧЕТВЕРГ**

**ЗАВТРАК**

180/Йогурт 100/ Творожный пудинг  
35/ Мюсли 150/Молоко  
20/ Сырная нарезка 30/ Булочка с кунжутом  
10/ Джем 10/ Сливочное масло  
180/ Чай фруктовый, зеленый 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

100/Салат с курицей, ананасом и кукурузой  
100/ Салат из свежих овощей с базиликом  
100/ Салат "Дальний Восток"  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Суп-Лапша куриная  
250 / Суп с чечевицей

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Индейка тушеная с овощами  
100/ Семга на пару  
100/Шницель рубленый мясной  
50 / Соус "Домашний кетчуп"

**ГАРНИР**

150/ Картофельное пюре  
150/ Капуста тушеная

**НАПИТОК**

180/ Компот вишневый

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДИК**

100/ Морковный маффин  
150/ Фрукт 180/ Напиток Снежок  
180/15 Чай фруктовый с сахаром

**УЖИН**

100/150 Мясо по-Французски с рисом  
100/ 10 Нарезка "Помидорка" с моцареллой с соусом базилик  
30/Мини-булочка со злаками 180/ Компот из сухофруктов  
180/15 Чай черный с сахаром



**М Е Н Ю 20 ДЕНЬ  
ПЯТНИЦА**

**ЗАВТРАК**

180/Йогурт 50/Бутерброд с красной икрой  
200/ Каша "Три злака" 35/ Мюсли 150/Молоко  
20/ Хлеб с отрубями 10/ Джем10/ Сливочное масло  
180/ Чай черный, зеленый 15/ Сахар 8/ Лимон  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

100/Салат "Свекла с черносливом"  
100/ Салат "Витаминный"  
100/ Салат "Оливье"  
20/ сметана

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Мясная солянка  
250 / Суп гороховый - пюре

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Шницель из индейки  
100/ Котлеты из кролика  
100/ Щучье котлетки  
50 / Соус "Тар-Тар"

**ГАРНИР**

150/ Гречка  
150/ Макароны

**НАПИТОК**

180/ Напиток яблоко с курагой

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

100/25 Шоколадно-ванильный "Чизкейк" с ягодным соусом  
150/ Фрукт 180/ Напиток от Шефа  
180/15 Чай черный, фруктовый с сахаром

**УЖИН**

110/100 Голень куриная с картофельным пюре  
75/30 Овощной микс со сметанным соусом  
30/Мини-булочка со злаками  
180/ Компот из сухофруктов  
180/15 Чай черный, зеленый