



ШКОЛЬНЫЙ БУФЕТ

1 ДЕНЬ

понеделник



Завтрак

200/ Каша геркулесовая на молоке
120/15 Вареники творожные со сметаной
140/ Клуб-сэндвич
35/150 Кукурузные хлопья с молоком
125/ Йогурт фруктовый
20/ Сухофрукты в ассортименте
180/5 Чай с лимоном

Обед

САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка
100/ Салат "Оливье" с ветчиной

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/10 Крем-суп из брокколи с гренками
250/ Уха

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Гуляш из говядины
100/ Котлета куриная с сыром
25/ Соус "Овощной"
30/ Хлеб

ГАРНИР

180/ Картофель отварной
180/ Мини овощи гриль

НАПИТОК

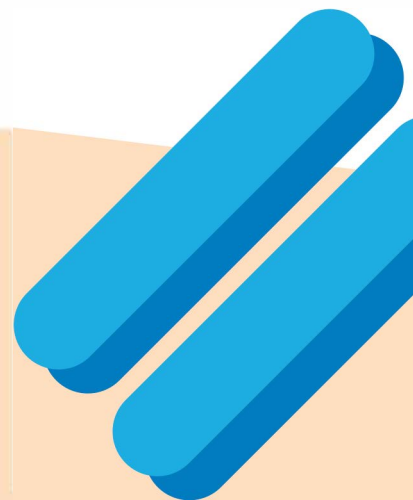
180/ Компот из черной смородины
180/ Вода с лимоном

Полдник

100/ Сочник с творогом
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай

Ужин

50/ Помидор (нарезка)
100/ Куриное запеченное бедро
25/ Соус "Домашний кетчуп"
180/ Булгур с овощами
180/5 Чай с лимоном
30/ Хлеб





Завтрак

200/20 Каша "Дружба" на молоке с курагой
100/ Омлет натуральный
80/ Грушевый пирог
20/ Кукуруза сладкая
20/20/20/ Тосты с ростбифом и малосольным
огурцом
100/ Творожок фруктовый
180/ Чай
180/ Цикорий на молоке

Обед

САЛАТЫ

100/ Салат "Витаминный" с перцем
100/ Салат "Нисуаз" с тунцом

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп куриный с гречневой лапшой
250/ Минестроне
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Котлета из щуки
25/ Соус "Овощной"
100/ Соус "Болоньезе"

ГАРНИР

180/ Спагетти
180/ Брокколи отварная

НАПИТОК

180/ Компот из сухофруктов
180/ Вода с лимоном

Полдник

100/ Сандвич песочный
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Лимонад от Шеф-кондитера

Ужин

60/ Перец болгарский (нарезка)
100/150 Бефстроганов с рисом по-тайски
180/ Чай
30/ Хлеб



Завтрак

200/20 Кукурузная каша на молоке с курагой
100/ Пицца "4 сыра"
60/ Огурец (нарезка)
60/ Отварное яйцо
125/ Йогурт фруктовый
130/ Угурт
180/5 Чай с лимоном

Полдник

70/ Кекс
125/ Йогур натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

60/ Перец сладкий (нарезка)
100/10 Помидоры с сыром "Моцарелла" и соусом
"Базилик"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/15 Борщ вегетарианский со сметаной
250/ Суп гороховый с мясом
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

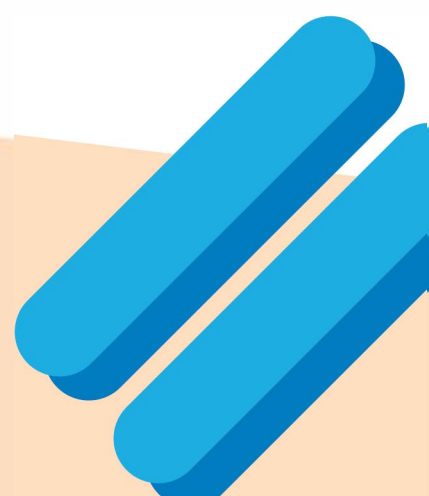
110/ Куриная голень
100/ Котлета по-Домашнему
25/ Соус "Домашний кетчуп"

ГАРНИР

180/ Гречка отварная
180/ Овощи гриль

НАПИТОК

180/ Компот малиновый
180/ Вода с лимоном



Ужин

50/ Малосольный огурец
200/ Картофельная запеканка с мясом
15/ Сметана
180/5 Чай с лимоном
30/ Хлеб



Завтрак

200/ Каша пшеничная на молоке
100/ Сырники
15/ Сметана
90/ Горячие тосты с сыром и ветчиной
100/ Творожок фруктовый
20/ Сухофрукты ассорти
180/5 Чай с лимоном

Обед

САЛАТЫ

100/ Салат из запеченной свеклы
100/ Салат "Греческий"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Рассольник с мясом
250/15 Суп щавелевый со сметаной
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Бризоль из птицы
100/ Форель запеченная
50/ Соус "Тартар"

ГАРНИР

180/ Рис по-Тайски
180/ Цветная капуста с сыром

НАПИТОК

180/ Компот вишневый
180/ Вода с лимоном

Полдник

90/ Пирог "Зебра"
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Лимонад от Шеф-кондитера

Ужин

100/ Шницель из индейки
25/ Соус "Сырный"
50/ Помидор (нарезка)
180/ Кукуруза гриль
180/ Чай
30/ Хлеб



Завтрак

200/20 Каша рисовая на молоке с курагой
120/15 Блины со сметаной
50/ Печенье творожное
30/ Хлеб "Фитнес"
116/ Сэндвич с индейкой, овощами
250/ Йогурт питьевой
180/ Чай
180/ Цикорий на молоке

Обед

САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка
100/ Салат "Цезарь" с курицей

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп из индейки с вермишелью
250/ Суп-крем из тыквы
10/ Гренки
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

120/ Медальоны из говядины
100/ Стрипсы куриные
50/ Соус "Сырный"

ГАРНИР

180/ Картофельное пюре
180/ Рататуй с сыром "Моцарелла"

НАПИТОК

180/ Напиток из шиповника
180/ Вода с лимоном

Полдник

20/30/20 Хлеб тостовый, форель, сыр "Моцарелла"
125/ Йогурт натуральный
160/ Фруктовый салат
180/ Чай

Ужин

60/ Огурец (нарезка)
100/ Куриные биточки
25/ Соус "Домашний кетчуп"
180/ Гречка отварная
180/5 Чай с лимоном
30/ Хлеб



ШКОЛЬНЫЙ БУФЕТ

6 ДЕНЬ

понеделник

Завтрак

- 200/ Каша "4 злака" на молоке
- 120/15 Вареники с вишней и сметаной
- 120/ Французский сэндвич
- 20/ Сухофрукты в ассортименте
- 100/ Творожок фруктовый
- 180/5 Чай с лимоном

Обед

САЛАТЫ

- 100/ Салат "Витаминный" с перцем
- 100/ Салат с адыгейским сыром, перцем болгарским и огурцом

ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/15 Борщ с мясом и сметаной
- 250/ Суп фасолевый вегетарианский
- 30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Рыба по-Павловски
- 25/ Соус "Овощной"
- 100/ Паприкаш из говядины

ГАРНИР

- 180/ Пенне
- 180/ Брокколи на пару

НАПИТОК

- 180/ Компот из черной смородины
- 180/ Вода с лимоном

Полдник

- 60/ Печенье "Любимое"
- 125/ Натуральный йогурт
- 150/ Фрукт в ассортименте
- 150/ Молоко
- 180/ Чай

Ужин

- 50/ Малосольный огурец
- 200/ Картофельная запеканка с мясом
- 180/ Чай
- 30/ Хлеб



Завтрак

200/ Каша гречневая на молоке
20/ Сухо фрукты ассорти
100/ Пицца сыр-ветчина
150/35 Кукурузные хлопья с молоком
125/ Йогурт фруктовый
180/ Цикорий на молоке
180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка
100/ Винегрет

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/10 Суп-крем из брокколи с гренками
250/ Суп куриный с яичной лапшой
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Шницель из говядины
100/ Чахохбили из курицы
50 / Соус "Сырный"

ГАРНИР

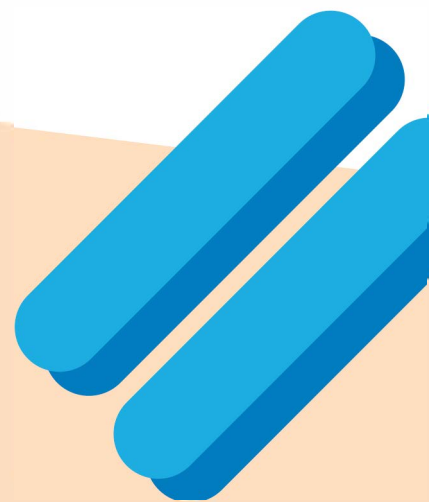
180/ Овощи мини
180/ Рис по-тайски

НАПИТОК

180/Компот яблоко с вишней
180/Вода с лимоном

Полдник

20/Хлеб тостовый
20/Форель с /с, 20/Ветчина
10/Сливочное масло
125/ Натуральный йогурт
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай



Ужин

60/ Огурец (нарезка)
180/94 Спагетти с отварной сосиской
15/ Соус "Домашний кетчуп"
180/5 Чай с лимоном
30/ Хлеб



Завтрак

200/20 Каша пшенная на молоке с курагой
100/ Фриттата "Капрезе"
20/ Ветчина (нарезка)
10/ Масло сливочное
20/ Хлеб тостовый
100/ Сырный лаваш
100/ Творожок фруктовый
180/5 Чай с лимоном

Обед

САЛАТЫ

100/ Салат с огурцом, редисом и яйцом
100/ Салат "Столичный"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/10 Суп-крем из тыквы с гренками
250/ Суп картофельный с мясом
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Куриные биточки
100/ Отварной язык
25/ Соус "Овощной"

ГАРНИР

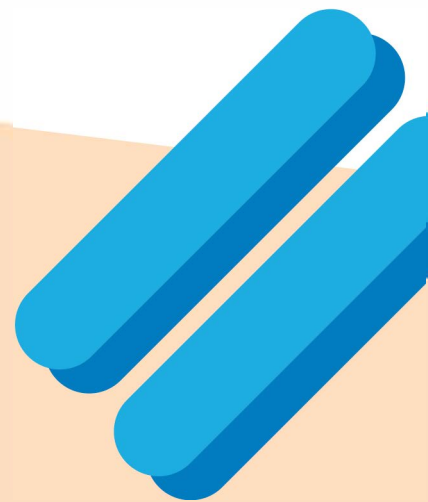
180/ Цветная капуста с сыром
180/ Пюре картофельное

НАПИТОК

180/ КОМПОТ с клубникой и черной смородиной
180/ Вода с лимоном

Полдник

100/ Молочный ломтик
125/ Натуральный йогурт
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай



Ужин

60/ Перец сладкий (нарезка)
100/ Гуляш
180/ Гречка отварная
180/ Чай 30/ Хлеб



Завтрак

200/20 Каша кукурузная на молоке с курагой
100/15 Запеканка творожная со сметаной
20/ Сыр (нарезка)
30/ Хлеб "Фитнес"
94/ Сосиски отварные
25/ Соус "Домашний кетчуп"
10/ Масло сливочное порционное
125/ Йогурт фруктовый
180/ Цикорий на молоке
180 / Чай

Обед

САЛАТЫ

100/ Салат "Витаминный" с перцем
100/ Баклажан запеченный с болгарским перцем и сыром "Фетакса"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Минестроне
250/ Уха
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

120/ Медальоны из говядины
100/ Бризол из курицы
25/ Соус "Домашний кетчуп"

ГАРНИР

180/ Кускус с овощами
180/ Рататуй с сыром "Моцарелла"

НАПИТОК

180/ Компот из сухофруктов
180/ Вода с лимоном

Полдник

60/ Ватрушка
125/ Натуральный йогурт
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Лимонад от шеф-кондитера

Ужин

60/ Огурец (нарезка)
100/ Куриная котлета с сыром
180/ Булгур с овощами
25/ Соус "Овощной"
180/5 Чай с лимоном
30/ Хлеб



Завтрак

- 200/ Каша рисовая на молоке
- 120/15 Блины со сметаной
- 20/30/20/ Тостовый хлеб, форель с/с, сыр "Моцарелла"
- 35/150 Кукурузные хлопья с молоком
- 20/ Сухофрукты ассорти
- 125/ Йогурт фруктовый
- 180/5 Чай с лимоном

Полдник

- 70/ Пирожное "Полоска"
- 125/ Натуральный йогурт
- 160/ Фруктовый салат
- 180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

- 85/ Овощная нарезка "Светофор"
- 100/ Салат "Мимоза"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/15 Рассольник с мясом и сметаной
- 250/10 Суп-пюре из цветной капусты с гренками
- 30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Котлета по-домашнему
- 220/ Лазанья с индейкой
- 25/ Соус "Домашний кетчуп"

ГАРНИР

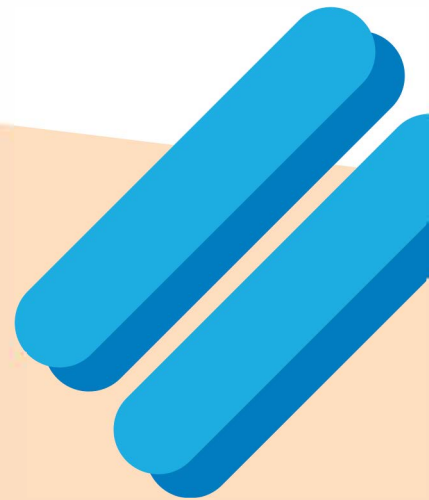
- 180/ Овощи гриль

НАПИТОК

- 180/ Иван чай
- 180/ Вода с лимоном

Ужин

- 50/ Малосольный огурец
- 100/ Бефстроганов
- 180/ Картофель отварной с зеленью
- 180/ Чай
- 30/ Хлеб





Завтрак

- 200/ Гречневая каша на молоке
- 120/15 Вареники творожные со сметаной
- 20/ Сухофрукты ассорти
- 20/ Сыр (нарезка)
- 30/ Хлеб "Фитнес"
- 100/ Круассан с форелью
- 10/ Масло сливочное
- 125/ Йогурт фруктовый
- 180/ Цикорий на молоке
- 180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

- 60/ Огурец (нарезка)
- 100/ Помидоры с сыром "Фета"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Суп гороховый с мясом
- 250/10 Суп-крем из тыквы с гренками
- 30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

- 75/ Котлета из форели
- 50/ Соус "Тартар"
- 100/ Гуляш из говядины

ГАРНИР

- 180/ Гречка отварная
- 180/ Брокколи на пару

НАПИТОК

- 180/ Компот малиновый
- 180/ Вода с лимоном

Полдник

- 90/ Пирожок с клубникой
- 125/ Натуральный йогурт
- 150/ Фрукт в ассортименте
- 180/ Чай

Ужин

- 50/ Помидор (нарезка)
- 100/ Котлета куриная с сыром
- 180/ Кускус с овощами
- 25/ Соус "Овощной"
- 80/ Чай с лимоном
- 30/ Хлеб



Завтрак

200/20 Геркулесовая каша на молоке с финиками
100/ Омлет натуральный
20/ Сыр (нарезка)
20/ Кукуруза сладкая
30/ Хлеб "Фитнес"
50/ Помидор (нарезка)
10/ соус "Домашний кетчуп"
94/ Сосиски отварные
10/ Масло сливочное
100/ Творожок фруктовый
180/5 Чай с лимоном

Обед

САЛАТЫ

100/ Салат "Витаминный" с перцем
100/ "Винегрет"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Бульон куриный с яичной лапшой
250/15 Суп щавелевый со сметаной
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Курица в сливочном соусе
100/ Рыба по-Павловски
50/ Соус "Тартар"

ГАРНИР

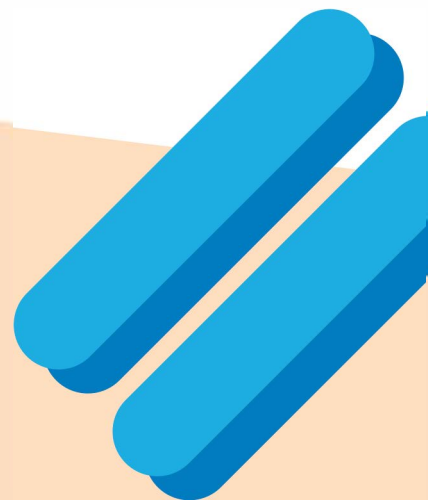
180/ Пенне
180/ Мини овощи

НАПИТОК

180/Компот вишневый
180/ Вода с лимоном

Полдник

50/ Булочка кокосовая
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Лимонад от шеф-кондитера



Ужин

60/ Перец сладкий (нарезка)
100/ Стрипсы куриные
50/ Соус "Сырный"
180/ Кукуруза гриль
180/ Чай
30/ Хлеб



Завтрак

200/20 Каша "Дружба" на молоке с курагой
100/15 Оладьи со сметаной
90/ Тост с сыром, ветчиной и овощами
250/ Йогурт питьевой
130/ Угурт
180/ Цикорий на молоке
180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

100/ Салат с огурцом, редисом и яйцом
100/ Салат с адыгейским сыром,
перцем болгарским и огурцом

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Минестроне
250/ Суп картофельный с мясом
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Запеченная форель
50/ Соус "Тартар"
150/15 Пельмени с индейкой со сметаной

ГАРНИР

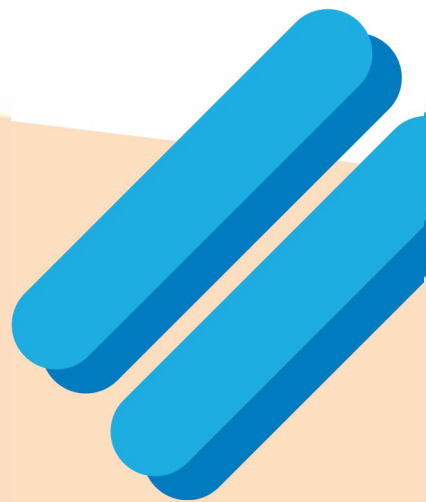
180/ Цветная капуста с сыром

НАПИТОК

180/ Компот из клубники с черной смородиной
180/ Вода с лимоном

Полдник

100/ Мусс ягодно-фруктовый
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай



Ужин

50/ Малосольный огурец
260/ Жаркое по-домашнему
180/5 Чай с лимоном
30/ Хлеб



Завтрак

200/ Пшеничная каша на молоке
100/ Сырники
15/ Сметана
20/ Сухофрукты ассорти
100/ Сырный лаваш
35/150 Мюсли с молоком
100/ Творожок
180/5 Чай с лимоном

Полдник

125/ Сэндвич с сыром, ветчиной, овощами и соусом
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

60/ Огурец (нарезка)
100/ Салат "Цезарь" с форелью с/с

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп куриный с клецками
250/ Суп из чечевицы
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Шницель из индейки
25/ Соус "Сырный"
100/ Азу из говядины

ГАРНИР

180/ Рататуй с сыром "Моцарелла"
180/ Гречка отварная

НАПИТОК

180/ Компот из черной смородиной
180/ Вода с лимоном

Ужин

60/ Овощная нарезка "Светофор"
100/180 Спагетти "Болоньезе"
180/ Чай
30/ Хлеб



Завтрак

200/20 Кукурузная каша на молоке с курагой
100/ Пицца сыр/ветчина
35/150 Кукурузные хлопья с молоком
60/ Отварное яйцо
125/ Йогурт фруктовый
180/Цикорий на молоке
180/ Чай

Полдник

30/ Печенье "Мадлен"
125/ Йогурт натуральный
160/ Фруктовый салат
180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка
100/ Салат с адыгейским сыром, огурцом и перцем

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп фасолевый вегетарианский
250/15 Борщ с мясом и сметаной
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

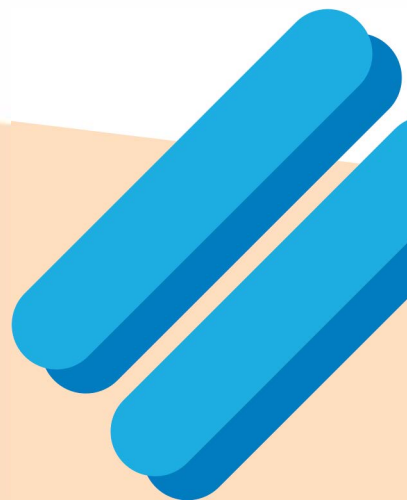
100/ Наггетсы из птицы
100/ Паприкаш из говядины
25/ Соус "Сырный"

ГАРНИР

180/ Картофельные дольки
180/ Брокколи отварной

НАПИТОК

180/ Иван чай
180/ Вода с лимоном



Ужин

50/ Помидоры (нарезка)
220/ Лазанья с индейкой
180/5 Чай с лимоном
30/ Хлеб



Завтрак

200/ Каша "4 злака" на молоке
120/15 Вареники со сметаной
125/ Йогурт фруктовый
20/ Сухофрукты ассорти
116/ Сэндвич с индейкой и овощами
90/ Маффин вишневый
180/5 Чай с лимоном

Обед

САЛАТЫ

100/10 Помидоры с сыром "Моцарелла" и соусом "Базилик"
100/ Салат "Витаминный" с перцем

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/10 Суп-крем из брокколи с гренками
250/ Суп куриный с гречневой лапшой
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Отварной язык
100/ Котлета по-домашнему
25/ Соус "Домашний кетчуп"

ГАРНИР

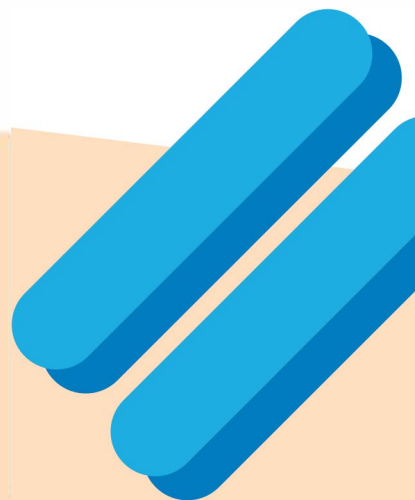
180/ Гречка отварная
180/ Мини овощи

НАПИТОК

180/ Компот вишневый
180/ Вода с лимоном

Полдник

60/ Печенье "Любимое"
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай



Ужин

60/ Огурец (нарезка)
220/ Лазанья мясная
180/5 Чай с лимоном
30/ Хлеб



Завтрак

200/ Каша гречневая на молоке
100/ Фриттата "Капрезе"
60/ Булочка "Зебра"
20/ Сухофрукты ассорти
30/ 20/20/ Хлеб "Фитнес", ростбиф,
малосольный огурец
100/ Творожок фруктовый
180/ Цикорий на молоке
180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка "Светофор"
100/ Салат "Цезарь" с курицей

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Борщ вегетарианский
15/ Сметана
250/ Уха
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Котлета из индейки
25/ Соус "Овощной"
120/ Медальон из говядины

ГАРНИР

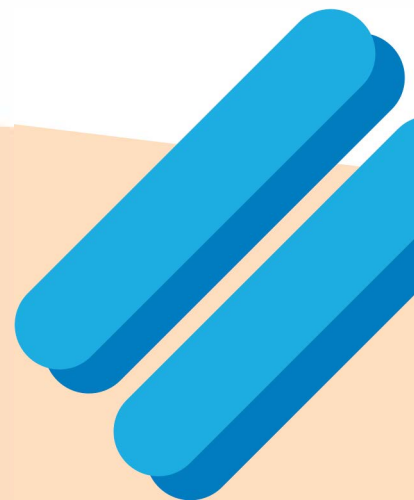
180/ Картофельное пюре
180/ Брокколи на пару

НАПИТОК

180/ Компот с клубникой и черной смородиной
180/ Вода с лимоном

Полдник

50/ Печенье кокосовое
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай



Ужин

50/ Помидор (нарезка)
180/94 Спагетти с отварной
сосиской
25/ Соус "Домашний кетчуп"
180/ Чай
30/ Хлеб



Завтрак

200/20 Каша "Дружба" на молоке с курагой
100/15 Запеканка творожная со сметаной
20/ Сыр (нарезка)
10/ Масло сливочное
35/150 Мюсли с молоком
30/ Хлеб "Фитнес"
250/ Йогурт питьевой
180/5 Чай с лимоном

Обед

САЛАТЫ

100/ Салат с адыгейским сыром, редисом и яйцом
100/ Салат "Мимоза"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп гороховый с мясом
250/ Минестроне
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

75/ Котлета из форели
50/ Соус "Тартар"
100/ Гуляш из говядины

ГАРНИР

180/ Гречка
180/ Капуста цветная

НАПИТОК

180/ Напиток из сухофруктов
180/ Вода с лимоном

Полдник

20/ Хлеб тостовый
20/Форель с/с, 20/Ветчина
20/ Огурец свежий (нарезка)
10/ Масло сливочное
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай

Ужин

85/ Овощная нарезка
100/ Бефстроганов
180/ Картофель отварной
180/5 Чай с лимоном 30/
Хлеб



Завтрак

200/ Каша пшенная на молоке
100/ Омлет натуральный
100/ Пицца "4 сыра"
100/ Творожок фруктовый
20/ Сухофрукты ассорти
180/ Цикорий на молоке
180/ Чай

Обед

САЛАТЫ

100/ Салат "Витаминный" с перцем
100/ Салат "Оливье" с ветчиной

ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/15 Борщ с мясом и сметаной
250/10 Суп-крем из тыквы с гренками
30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Шницель из свинины
50/ Соус "Овощной"
100/ Паприкаш из говядины

ГАРНИР

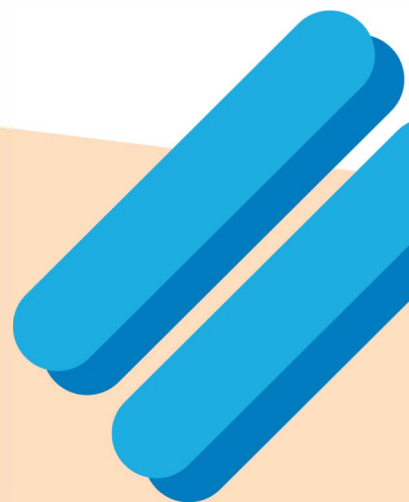
180/ Рататуй с сыром "Моцарелла"
180/ Рис по-Тайски

НАПИТОК

180/ Компот яблоко-вишня
180/ Вода с лимоном

Полдник

30/ Печенье "Мадлен"
125/ Йогурт натуральный
150/ Фрукт в ассортименте
180/ Чай



Ужин

60/ Перец болгарский (нарезка)
100/ Куриные биточки
25/ Соус "Домашний кетчуп"
180/ Кускус с овощами
180/ Чай
30/ Хлеб



Завтрак

- 200/ Каша рисовая на молоке
- 130/ Ролл с форелью с/с и овощами
- 35/150 Кукурузные хлопья с молоком
- 20/ Сухофрукты ассорти
- 130/ Угурт
- 125/ Йогурт фруктовый
- 180/5 Чай с лимоном

Обед

САЛАТЫ

- 60/ Огурец (нарезка)
- 100/ Салат "Греческий"

ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Суп из индейки с вермишелью
- 250/ Суп фасолевый вегетарианский
- 30/ Хлеб

ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Курица в сливочном соусе
- 100/ Котлета по-домашнему
- 25/ Соус "Домашний кетчуп"

ГАРНИР

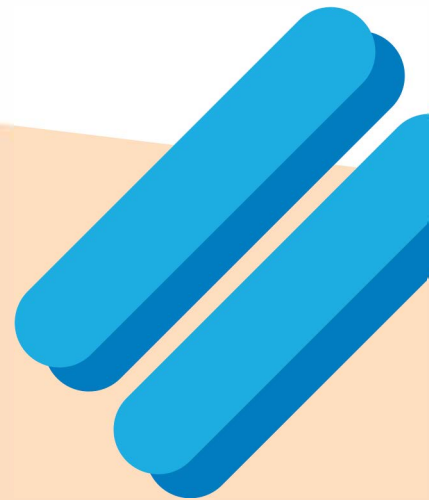
- 180/ Брокколи на пару
- 180/ Пенне

НАПИТОК

- 180/ Напиток из шиповника
- 180/ Вода с лимоном

Полдник

- 90/ Пирожок с клубникой
- 125/ Йогурт натуральный
- 160/ Фруктовый салат
- 180/ Лимонад от шеф-кондитера



Ужин

- 50/ Малосольный огурец
- 200/ Картофельная запеканка с мясом
- 15/ Сметана
- 180/5 Чай с лимоном
- 30/ Хлеб