



# ШКОЛЬНЫЙ БУФЕТ

**1 ДЕНЬ**

понеделник



## Завтрак

200/ Каша геркулесовая на молоке  
120/15 Вареники творожные со сметаной  
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 тыквы 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

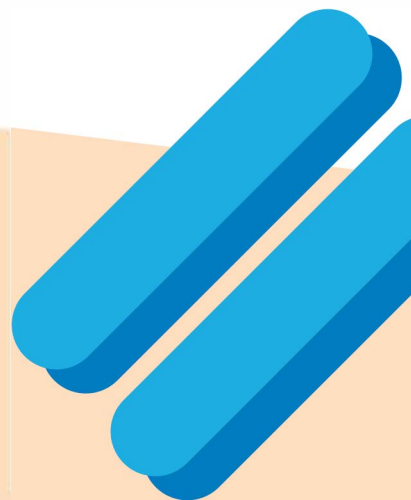
180/ Компот из черной смородины  
180/ Вода с лимоном

## 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/ Кускус с кукурузой  
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  
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

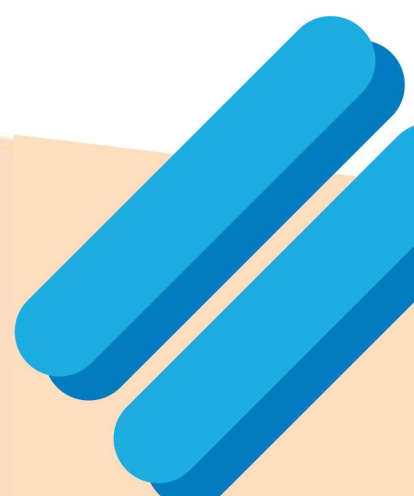
110/ Куриная голень  
100/ Котлета по-Домашнему  
25/ Соус "Домашний кетчуп"

### 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  
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  
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 цуккини  
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/ Птитим  
180/5 Чай с лимоном  
30/ Хлеб



### Завтрак

- 200/ Каша "4 злака" на молоке
- 120/15 Вареники с вишней и сметаной
- 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 из шпината и щавеля
- 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

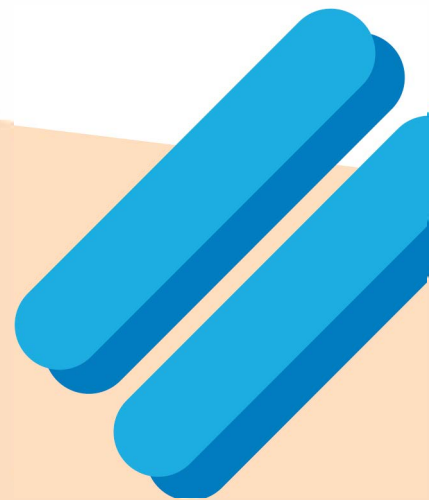
180/ Овощи мини  
180/ Рис по-тайски

### 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/ 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"  
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 кукурузой  
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/ Рис  
25/ Соус "Овощной"  
180/5 Чай с лимоном  
30/ Хлеб



## Завтрак

- 200/ Каша рисовая на молоке
- 120/15 Блины со сметаной
- 35/150 Кукурузные хлопья с молоком
- 20/ Сухофрукты ассорти
- 125/ Йогурт фруктовый
- 180/5 Чай с лимоном

## 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

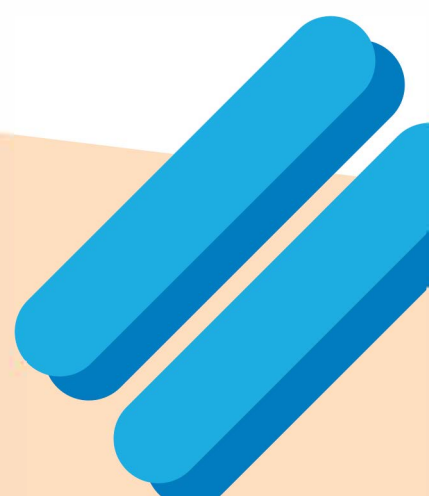
- 180/ Овощи гриль

### НАПИТОК

- 180/ Иван чай
- 180/ Вода с лимоном

## Полдник

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



## 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"
- 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/ 25 Борщ вегетарианский со сметаной
- 30/ Хлеб

### ВТОРОЕ БЛЮДО

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

### ГАРНИР

- 180/ Картофельное пюре
- 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/ Рис
- 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"  
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

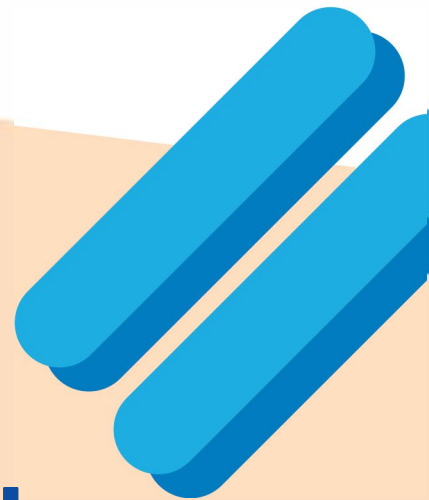
180/ Птитим  
180/ Мини овощи

### 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  
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

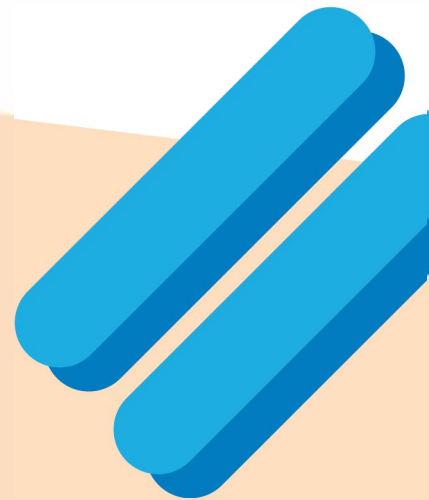
180/ Цветная капуста с сыром

### 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/ Рис по-тайски

#### НАПИТОК

180/ Компот из черной смородины  
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

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

### ВТОРОЕ БЛЮДО

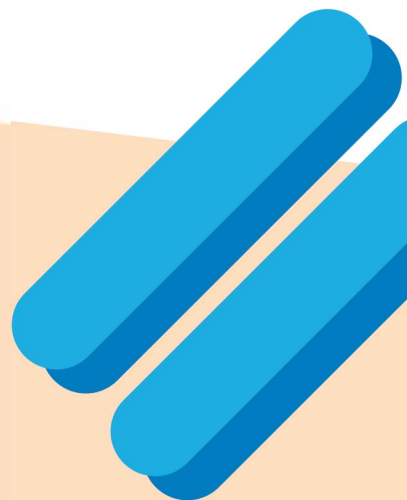
100/ Наггетсы из птицы  
100/ Паприкаш из говядины  
25/ Соус "Сырный"

### 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  
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

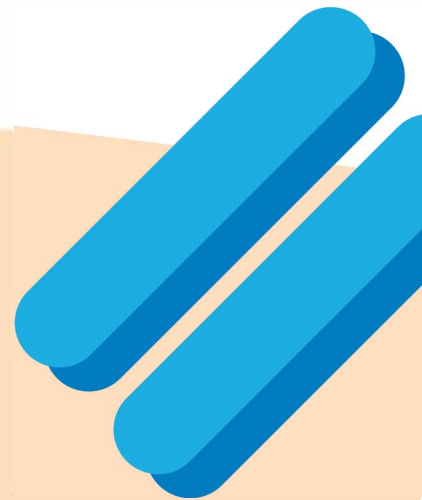
180/ Гречка отварная  
180/ Мини овощи

### 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  
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 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/ Рис  
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

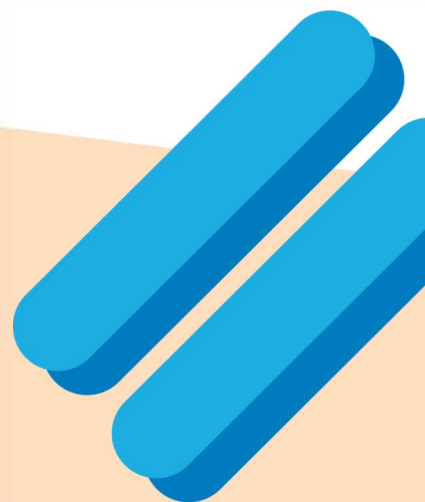
180/ Рататуй с сыром "Моцарелла"  
180/ Пенне

### 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/ Гречка отварная  
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-крем из цукини с гренками
- 30/ Хлеб

### ВТОРОЕ БЛЮДО

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

### ГАРНИР

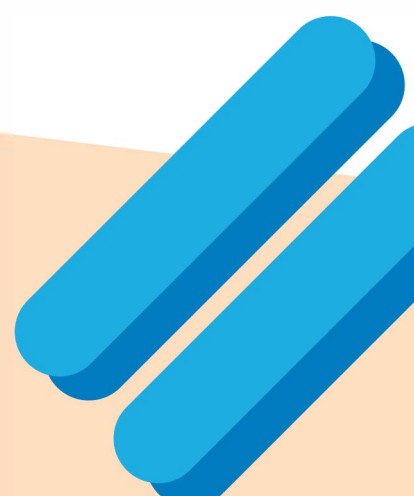
- 180/ Брокколи на пару
- 180/ Рис по-тайски

### 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