



## Завтрак

- 200/ Каша пшенная на молоке
- 100/ Омлет с овощами и сыром
- 35/150 Кукурузные хлопья с молоком
- 100/ Творожок фруктовый
- 200 Чай в ассортименте

## Обед

### САЛАТЫ

- 100/ Салат "Витаминный"
- 100/ Салат «Крабовый»

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Суп куриный с гречневой лапшой
- 250/ Суп-крем из тыквы

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/20 Медальоны из говядины
- 100/ Бризоль из птицы
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ГАРНИР

- 180/ Пенне
- 180/ Цветная капуста

### НАПИТОК

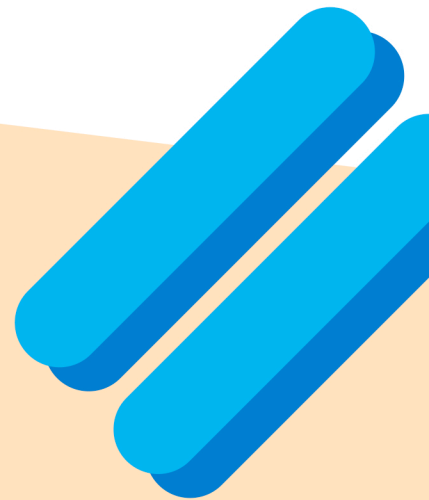
- 180/ Напиток из сухофруктов
- 200/ Вода с лимоном

## Полдник

- 100/ Пирог с лесными ягодами
- 160/ Фруктовый салат
- 125/ Йогурт натуральный
- 200/ Чай в ассортименте

## Ужин

- 60/ Свежий огурец (нарезка)
- 150/ Пельмени с мясом
- 15/ Сметана
- 180/ Иван-чай





## Завтрак

200/ Каша геркулесовая на молоке  
100/15 Сырники со сметаной  
20/ Сырная нарезка  
30/ Хлеб с отрубями  
10/ Масло сливочное порционное  
125/ Йогурт фруктовый  
130/ Угурт  
200/ Чай  
150/ Молоко

## Обед

### САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка  
100/ Салат «Оливье»

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп гороховый с мясом  
250/ Щи из свежей капусты  
15/ Сметана  
30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Запеченная форель  
100/ Котлета по-домашнему  
50/ Соус «Тартар»

### ГАРНИР

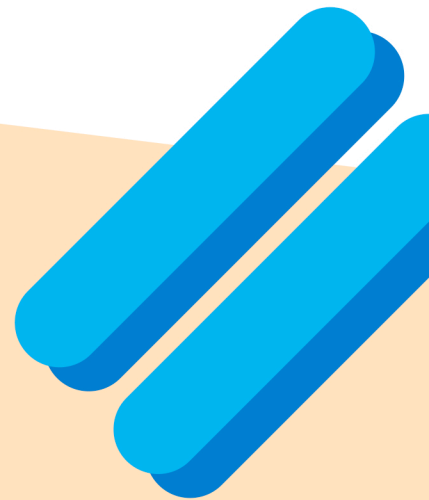
180/ Мини-овощи гриль  
180/ Рис по-Тайски

### НАПИТОК

180/ Морс  
200/ Вода с лимоном

## Полдник

60/ Пирожок с грушей  
125/ Йогурт натуральный  
150/ Фрукт  
200/ Чай



## Ужин

60/ Перец болгарский (нарезка)  
220/ Лазанья с индейкой  
200/ Чай



## Завтрак

- 200/ Каша рисовая на молоке
- 120/15 Вареники с грушей и сметаной
- 20/ Ветчина нарезка
- 30/ Хлеб злаковый «Фитнес»
- 10/ Масло сливочное порционное
- 100/ Творожок фруктовый
- 200/ Чай
- 180/ Цикорий на молоке

## Обед

### САЛАТЫ

- 100/ Салат витаминный с капустой
- 100/ Салат со свеклой и черносливом

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Уха
- 250/ Минестроне
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Отварной язык
- 100/ Котлета куриная с сыром
- 25/ Соус «Домашний кетчуп»

### ГАРНИР

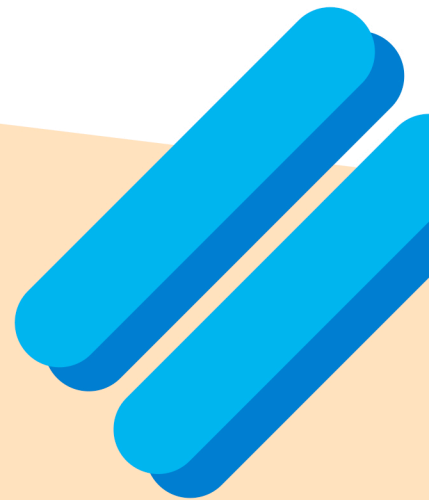
- 180/ Кускус с овощами
- 180/ Цветная капуста отварная

### НАПИТОК

- 180/ Напиток малиновый
- 200/ Вода с лимоном

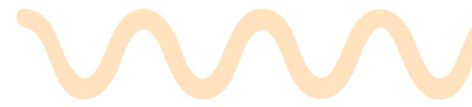
## Полдник

- 70/ Кекс
- 125/ Йогурт натуральный
- 150/ Фрукт
- 180/ Лимонад от Шеф кондитера
- 200/ Чай



## Ужин

- 100/ Салат «Витаминный»
- 100/ Гуляш
- 180/ Картофель отварной
- 180/ Иван-чай
- 30/ Хлеб



## Завтрак

- 200/ Каша «3 злака»
- 100/ Фриттата «Капрезе»
- 60/ Булочка «Бриошь»
- 250/ Йогурт питьевой
- 130/ Угурт
- 200/ Чай
- 150/ Молоко

## Обед

### САЛАТЫ

- 85/ Овощная нарезка
- 100/ Цезарь с курицей

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Борщ с мясом
- 250/ Суп щавелевый
- 15/ Сметана
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 110/ Голень куриная
- 100/ Рыба по-павловски
- 25/ Соус «Овощной»

### ГАРНИР

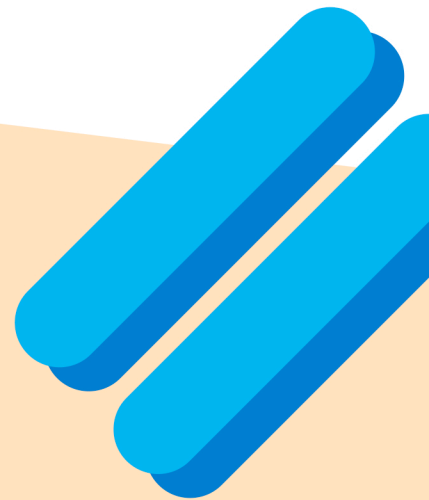
- 180/ Птитим
- 180/ Брокколи

### НАПИТОК

- 200/ Фруктовый холодный чай
- 200/ Вода с лимоном

## Полдник

- 60/20 Круассан с джемом порционным
- 125/ Йогурт натуральный
- 160/ Фруктовый салат
- 200/ Чай



## Ужин

- 60/ Огурец свежий нарезка
- 80/20/ Тефтели в томатном соусе
- 180/ Гречка отварная
- 200/ Чай
- 30/ Хлеб



## Завтрак

- 200/ Каша гречневая на молоке
- 100/ Пицца «4 сыра»
- 35/150 Кукурузные хлопья с молоком
- 100/ Творожок фруктовый
- 200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

- 100/ Салат витаминный с капустой
- 100/ Салат «Греческий»

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Суп из индейки с вермишелью
- 250/ Суп-крем из брокколи
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Паприкаш из говядины
- 100/ Нагетсы

### ГАРНИР

- 180/ Рис белый
- 180/ Картофельные дольки

### НАПИТОК

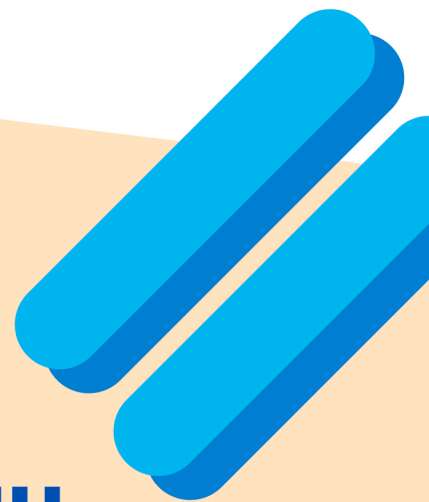
- 180/ Напиток вишневый
- 200/ Вода с лимоном

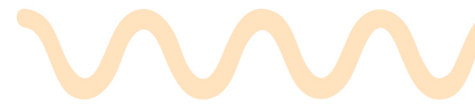
## Полдник

- 60/ Ватрушка
- 125/ Йогурт натуральный
- 150/ Фрукт
- 200/ Чай

## Ужин

- 60/ Помидор нарезка
- 100/ Котлета по-Домашнему
- 25/ Соус «Домашний кетчуп»
- 180/ Шпинатная лапша
- 180/ Иван-чай





## Завтрак

200/ Каша "Дружба" на молоке  
100/ Омлет  
20/ Ветчина нарезка  
20/ Кукуруза сладкая  
30/ Хлеб злаковый «Фитнес»  
10/ Масло сливочное порционное  
250/ Йогурт питьевой  
200/ Чай  
150/ Молоко

## Обед

### САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка  
100/ Баклажан запеченный  
с бол. перцем и фетаксой

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп фасолевый  
250/ Рассольник с мясом  
15/ Сметана  
30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

75/ Котлета из форели  
100/ Болоньезе

### ГАРНИР

180/ Спагетти  
180/ Мини-овощи гриль

### НАПИТОК

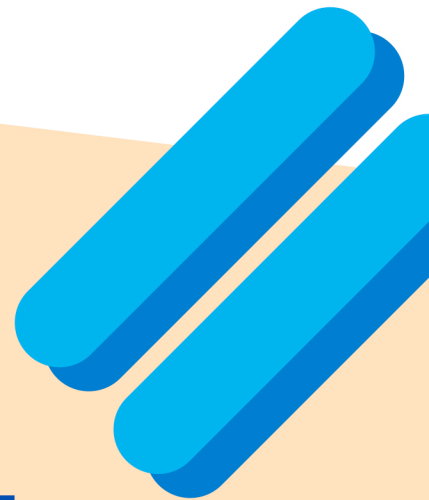
180/ Напиток из черной смородины  
200/ Вода с лимоном

## Полдник

20/20/30 Тосты моцарелла/форель  
125/ Натуральный йогурт  
150/ Фрукт  
200/ Чай

## Ужин

60/ Морковные палочки  
100/ Язык отварной  
25/ Соус «Домашний кетчуп»  
180/ Гречка отварная  
180/ Иван-чай  
30/ Хлеб





## Завтрак

200/ Каша геркулесовая на молоке  
120/15 Блины со сметаной  
125/ Творожок фруктовый  
200/ Чай

## Полдник

90/ Булочка с повидлом  
125/ Натуральный йогурт  
160/ Фруктовый салат  
200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

100/ Салат витаминный с капустой  
100/ Винегрет

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп-крем из цветной капусты  
250/ Суп куриный с яичной лапшой  
30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

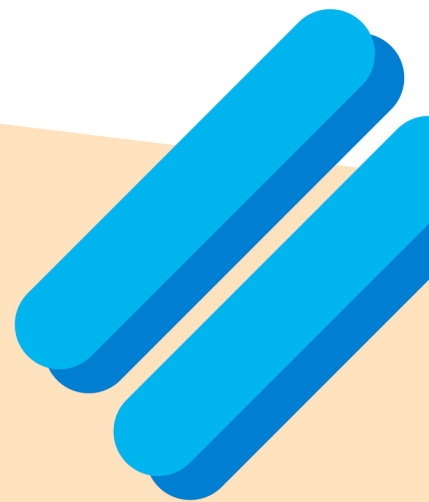
100/ Шницель из индейки  
100/ Котлета по-домашнему  
25/ Соус "Овощной"

### ГАРНИР

180/ Брокколи  
180/ Рис по-тайски

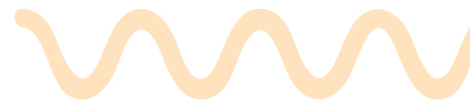
### НАПИТОК

180/ Напиток ягодный  
200/ Вода с лимоном



## Ужин

60/ Помидоры (нарезка)  
100/ Бефстроганов  
180/ Картофель отварной  
200/ Чай  
30/ Хлеб



## Завтрак

- 200/ Каша рисовая на молоке
- 90/ Маффин вишневый
- 20/ Сырная нарезка
- 30/ Хлеб злаковый «Фитнес»
- 10/ Масло сливочное порционное
- 125/ Йогурт фруктовый
- 130/ Угурт
- 200/ Чай
- 180/ Цикорий на молоке

## Обед

### САЛАТЫ

- 85/ Овощная нарезка
- 100/ Салат с помидором и моцареллой и соусом «Базилик»

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Борщ вегетарианский
- 250/ Суп гороховый с мясом
- 15/ Сметана
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 150/15 Пельмени с индейкой и сметаной
- 100/ Котлета куриная с сыром
- 15/ Сметана

### ГАРНИР

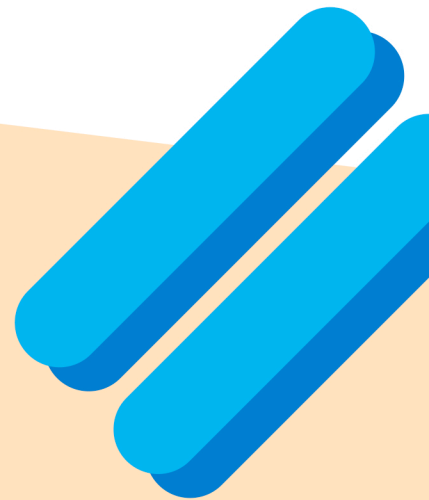
- 180/ Кускус с овощами

### НАПИТОК

- 180/ Напиток из сухофруктов
- 200/ Вода с лимоном

## Полдник

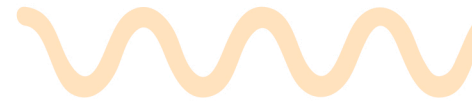
- 70/20 Чизкейк с соусом
- 125/ Натуральный йогурт
- 150/ Фрукт
- 200/ Чай



## Ужин

- 60/ Перец болгарский (нарезка)
- 80/20 Тефтели в томатном соусе
- 180/ Булгур
- 180/ Иван-чай
- 30/ Хлеб





## Завтрак

- 200/ Каша гречневая на молоке
- 100/15 Запеканка со сметаной
- 35/150 Кукурузные хлопья с молоком
- 125/ Творожок фруктовый
- 200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

- 100/ Салат витаминный с капустой
- 100/ Салат с кальмаром

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Щи из квашеной капусты с мясом
- 250/ Суп-крем овощной
- 15/ Сметана
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Наггетсы из птицы
- 100/ Болоньезе

### ГАРНИР

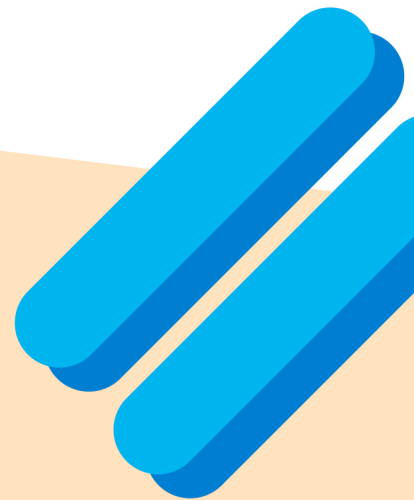
- 180/ Пенне
- 180/ Цветная капуста отварная

### НАПИТОК

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

## Полдник

- 75 / Штрудель с сыром и шпинатом
- 125/ Натуральный йогурт
- 150/ Фрукт
- 200/ Чай



## Ужин

- 60/ Малосольный огурец (нарезка)
- 200/ Картофельная запеканка
- 200/ Чай



## Завтрак

- 200/ Каша "3 злака" на молоке
- 120/15 Вареники с клубникой и сметаной
- 30/ Печенье «Мадлен»
- 125/ Йогурт фруктовый
- 200/ Чай
- 150/ Молоко

## Обед

### САЛАТЫ

- 85/ Овощная нарезка
- 100/ Салат «Оливье» с языком

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Минестроне
- 250/ Уха
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/20 Медальон из говядины с соусом
- 100/ Биточки из курицы

### ГАРНИР

- 180/ Картофельное пюре
- 180/ Мини-овощи гриль

### НАПИТОК

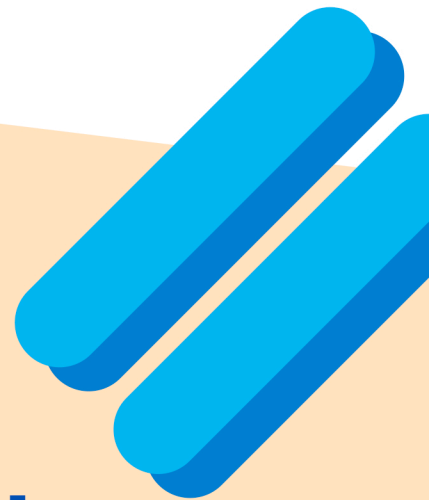
- 180/ Морс
- 200/ Вода с лимоном

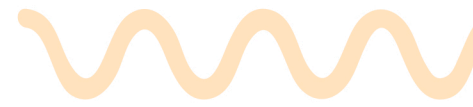
## Полдник

- 70/ Профитроли
- 125/ Натуральный йогурт
- 160/ Фруктовый салат
- 200/ Чай

## Ужин

- 100/ Салат из пекинской капусты и бол. перца
- 100/ Рыба по-Павловски
- 25/ Соус "Тартар"
- 180/ Рис по-Тайски
- 180/ Иван-чай
- 30/ Хлеб





## Завтрак

200/ Каша кукурузная на молоке  
100/ Пицца "4 сыра"  
20/ Сухофрукты для каши  
125/ Йогурт фруктовый  
200/ Чай

## Полдник

80/ Крендель с сахаром  
125/ Йогурт натуральный  
150/ Фрукт  
180/ Лимонад от шеф-кондитера

## Обед

### САЛАТЫ

100/ Салат витаминный с капустой  
100/ Салат «Мимоза»

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/30/10 Куриный бульон с яйцом и гренками  
250/ Рассольник  
15/ Сметана  
30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

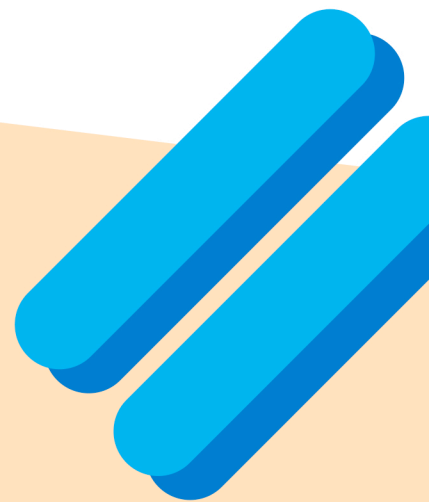
100/ Биточки куриные  
220/ Лазанья с индейкой и овощами

### ГАРНИР

180/ Цветная капуста

### НАПИТОК

180/ Напиток из сухофруктов  
200/ Вода с лимоном



## Ужин

60/ Болгарский перец (нарезка)  
100/ Болоньезе  
180/ Спагетти  
200/ Чай



## Завтрак

- 200/ Каша геркулесовая на молоке
- 100/15 Сырники со сметаной
- 20/ Сыр (нарезка)
- 30/ Хлеб с отрубями
- 20/ Джем
- 10/ Масло сливочное порционное
- 100/ Творожок фруктовый
- 200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

- 85/ Овощная нарезка
- 100/ Салат из запеченной курицей с овощами

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Минестроне
- 250/ Суп из индейки с вермишелью
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Куриная котлета с сыром
- 100/ Говядина отварная
- 50/ Соус "Ромеско"

### ГАРНИР

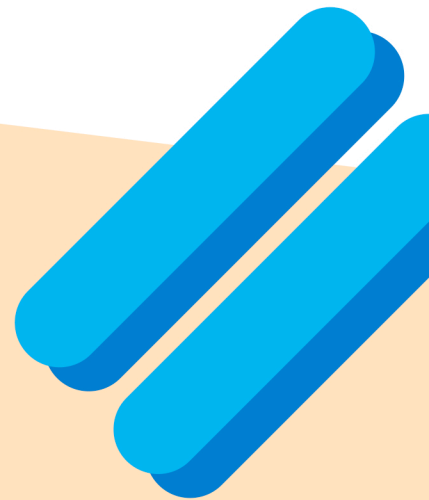
- 180/ Отварной картофель
- 180/ Овощи гриль

### НАПИТОК

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

## Полдник

- 60/20 Круассан + джем
- 125/ Йогурт натуральный
- 150/ Фрукт
- 200/ Чай



## Ужин

- 60/ Морковные палочки
- 100/ Котлета по-домашнему
- 180/ Гречка отварная
- 180 / Иван-чай
- 30/ Хлеб



## Завтрак

- 200/ Каша рисовая на молоке
- 100/15 Оладьи со сметаной
- 125/ Йогурт фруктовый
- 130/ Угурт
- 200/ Чай
- 150/ Молоко

## Полдник

- 70/ Пирожное «Полоска»
- 125/ Йогурт натуральный
- 160/ Фруктовый салат
- 200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

- 100/ Салат витаминный с капустой
- 100/ Салат «Крабовый»

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Щи из свежей капусты
- 250/ Уха
- 15/ Сметана
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Бризоль из птицы
- 100/ Бефстроганов

### ГАРНИР

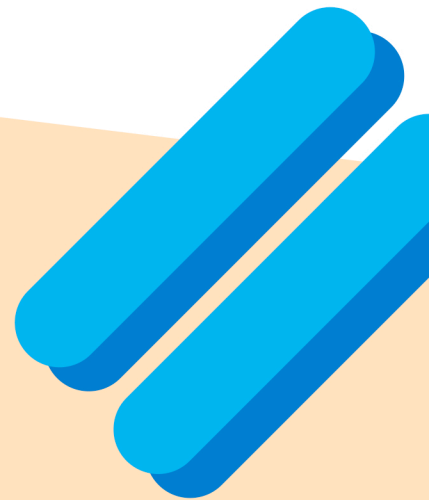
- 180/ Картофельное пюре с цв. капустой
- 180/ Брокколи

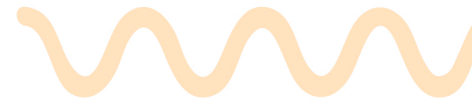
### НАПИТОК

- 200/ Напиток яблоко с вишней
- 200/ Вода с лимоном

## Ужин

- 60/ Огурец свежий (нарезка)
- 100/ Куриное бедро
- 25/ Соус «Домашний кетчуп»
- 180/ Рис отварной
- 200/ Чай
- 30/ Хлеб





## Завтрак

200/ Каша пшеница на молоке  
100/ Яблочный пирог  
20/ Сырная нарезка  
30/ Хлеб злаковый «Фитнес»  
10/ Масло сливочное порционное  
125/ Творожок фруктовый  
200/ Чай

## Полдник

130/ Печенье кокосовое  
125/ Йогурт натуральный  
150/ Фрукт  
200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка  
100/ Салат «Цезарь с форелью»

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп-крем из тыквы  
250/ Куриный суп с яичной лапшой  
30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

75/ Котлета из щуки  
100/ Шницель из индейки  
25/ Соус «Сырный»

### ГАРНИР

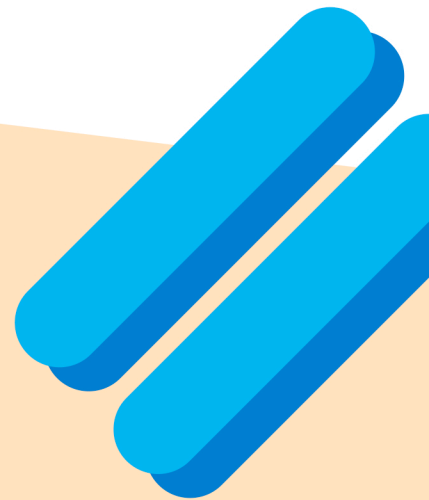
180/ Мини-овощи гриль  
180/ Птитим

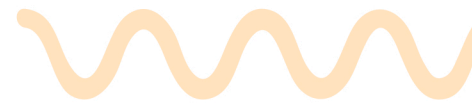
### НАПИТОК

180/ Напиток с черной смородиной  
200/ Вода с лимоном

## Ужин

60 / Огурец свежий нарезка  
100/ Биточки из курицы  
25/ Соус «Овощной»  
180/ Булгур  
180 / Иван-чай  
30/ Хлеб





## Завтрак

- 200/ Каша "Дружба" на молоке
- 120/15 Вареники с творогом и сметаной
- 35/150 Кукурузные хлопья с молоком
- 125/ Йогурт фруктовый
- 200/ Чай
- 180/ Цикорий с молоком

## Обед

### САЛАТЫ

- 85/ Овощная нарезка
- 100/ Салат "Оливье"

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Суп фасолевый вегетарианский
- 250/ Борщ с мясом
- 15/ Сметана
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Куриная котлета с сыром
- 100/ Отварной язык
- 25/ Соус «Домашний кетчуп»

### ГАРНИР

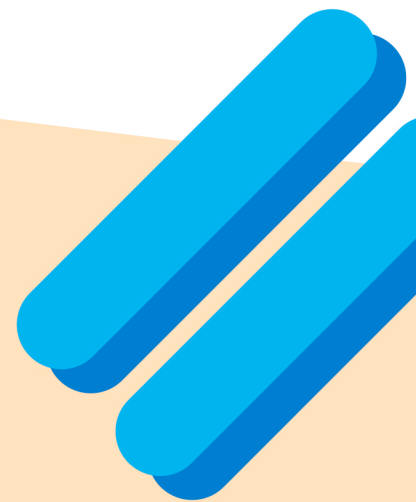
- 180/ Гречка отварная
- 180/ Цветная капуста отварная

### НАПИТОК

- 200/ Фруктовый холодный чай
- 200/ Вода с лимоном

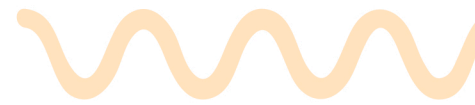
## Полдник

- 60/ Дэниш с абрикосом
- 125/ Творожок фруктовый
- 150/ Фрукт
- 200/ Чай



## Ужин

- 60/ Помидоры (нарезка)
- 100/ Гуляш из говядины
- 150/ Полба
- 200/ Чай
- 30/ Хлеб



## Завтрак

- 200/ Каша гречневая на молоке
- 100/ Омлет натуральный
- 20/ Сырная нарезка
- 30/ Хлеб злаковый «Фитнес»
- 10/ Масло сливочное порционное
- 125/ Йогурт фруктовый
- 200/ Чай
- 150/ Молоко

## Полдник

- 100/ Сочник с творогом
- 125/ Йогурт натуральный
- 150/ Фрукт
- 200/ Напиток лимон-бузина

## Обед

### САЛАТЫ

- 100/ Салат витаминный с капустой
- 100/ Винегрет

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Суп-крем из брокколи
- 250/ Суп гороховый с мясом
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Рыба по-Павловски
- 100/ Куриная котлета с сыром
- 50/ Соус «Тартар»

### ГАРНИР

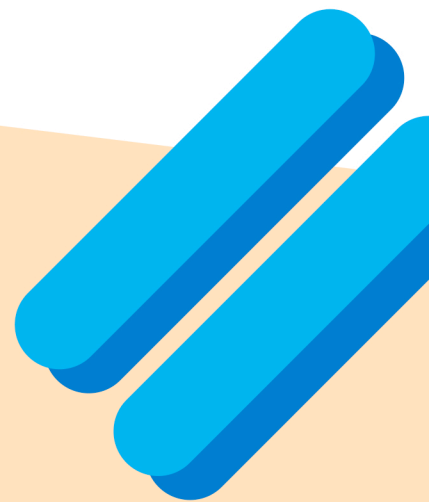
- 180/ Мини овощи гриль
- 180/ Картофельные дольки

### НАПИТОК

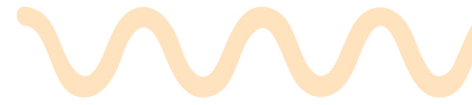
- 180/ Напиток малиновый
- 200/ Вода с лимоном

## Ужин

- 60/ Перец болгарский нарезка
- 100/ Фрикадельки мясные
- 25/ Соус «Домашний кетчуп»
- 180/ Гречка отварная
- 180/ Иван-чай
- 30/ Хлеб







## Завтрак

200/ Каша кукурузная на молоке  
120/15 Блины со сметаной  
20/ Джем  
100/ Творожок фруктовый  
130/ Угурт  
200/ Чай

## Полдник

20/20/30 Тосты форель/ветчина  
125/ Йогурт натуральный  
160/ Фруктовый салат  
200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

85/ Овощная нарезка  
100/ Помидоры с сыром Фета

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Щи из свежей капусты с мясом  
250/ Минестроне  
15/ Сметана  
30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

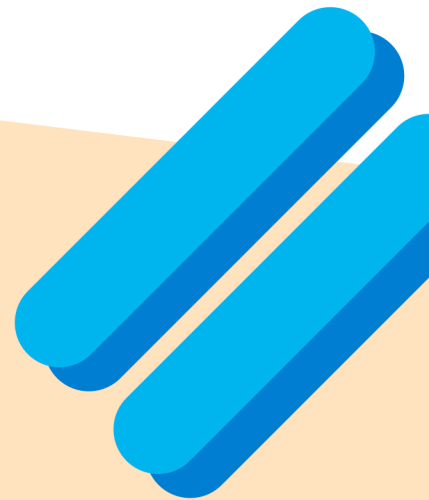
110/ Запеченная куриная голень  
100/20 Медальон из говядины с соусом

### ГАРНИР

180/ Рис по-тайски  
180/ Брокколи

### НАПИТОК

180/ Напиток с яблоком и черной см.  
200/ Вода с лимоном



## Ужин

60/ Огурец свежий нарезка  
100/ Говядина тушеная с овощами  
200/ Чай  
30/ Хлеб  
180/ Отварной картофель



## Завтрак

- 200/ Каша рисовая на молоке
- 100/15 Запеканка со сметаной
- 20/ Ветчина нарезка
- 30/ Хлеб с отрубями
- 125/ Йогурт фруктовый
- 200/ Чай
- 150/ Молоко

## Полдник

- 50/ Булочка кокосовая
- 125/ Йогурт натуральный
- 150/ Фрукт
- 200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

- 100/ Салат витаминный с капустой
- 100/ Салат куриный с овощами

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Борщ вегетарианский
- 250/ Суп куриный с гречневой лапшой
- 15/ Сметана
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Пельмени с мясом
- 100/ Запеченная форель

### ГАРНИР

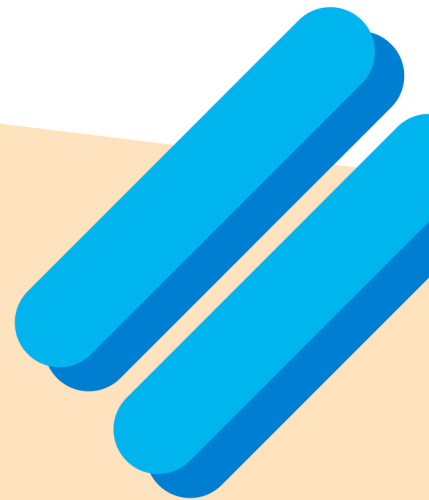
- 15/ Сметана
- 180/ Овощи гриль

### НАПИТОК

- 180/ Напиток из сухофруктов
- 200/ Вода с лимоном

## Ужин

- 60/ Малосольный огурец (нарезка)
- 200/ Картофельная запеканка
- 180 / Иван-чай
- 30/ Хлеб





## Завтрак

- 200/ Каша геркулесовая на молоке
- 60/ Булочка «Бриошь»
- 35/150 Кукурузные хлопья с молоком
- 20/ Джем
- 125/ Творожок фруктовый
- 200/ Чай
- 180/ Цикорий с молоком

## Полдник

- 30/ Пирожное "Мадлен"
- 125/ Йогурт натуральный
- 150/ Фрукт
- 200/ Чай

## Обед

### САЛАТЫ

- 85/ Овощная нарезка
- 100/ Салат с кальмаром

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Суп-крем из тыквы
- 250/ Рассольник
- 15/ Сметана
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Паприкаш из говядины
- 100/ Котлета из щуки

### ГАРНИР

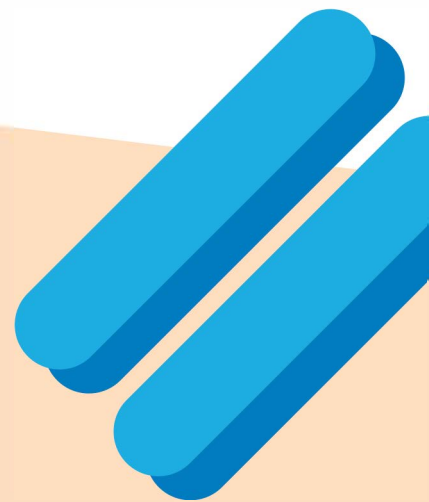
- 180/ Картофельные драники
- 180/ Гречка отварная

### НАПИТОК

- 180/ Вишневый напиток
- 200/ Вода с лимоном

## Ужин

- 60/ Помидоры (нарезка)
- 100/ Митбол из индейки
- 25/ Соус сливочный
- 180/ Шпинатная лапша
- 200/ Чай





## Завтрак

- 200/ Каша "Дружба" на молоке
- 120/15 Вареники с творогом и сметаной
- 20/ Моцарелла (нарезка)
- 30/ Хлеб злаковый «Фитнес»
- 10/ Масло сливочное порционное
- 125/ Йогурт фруктовый
- 130/ Угурт
- 200/ Чай
- 150/ Молоко

## Обед

### САЛАТЫ

- 85/ Овощная нарезка
- 100/ Салат «Нисуаз» с тунцом

### ПЕРВОЕ БЛЮДО

- 250/ Суп-крем из овощей
- 250/ Суп из индейки с вермишелью
- 30/ Хлеб с отрубями / Хлеб черный

### ВТОРОЕ БЛЮДО

- 100/ Отварной язык
- 100/ Биточки из курицы
- 25/ Соус «Домашний кетчуп»

### ГАРНИР

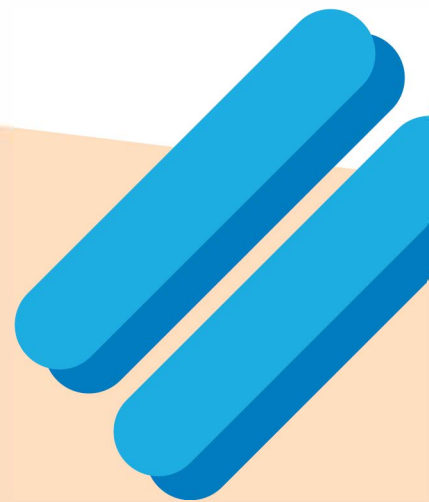
- 180/ Кускус с овощами
- 180/ Запеченные дольки картофеля

### НАПИТОК

- 180/ Фруктовый холодный чай
- 200/ Вода с лимоном

## Полдник

- 70/ Профитроли
- 125/ Йогурт натуральный
- 160/ Фруктовый салат
- 180/ Лимонад от шеф-кондитера



## Ужин

- 60/ Болгарский перец (нарезка)
- 150/ Пельмени с мясом
- 15/ Сметана
- 30/ Хлеб