

**М Е Н Ю**  
**понеделник**

**1 ДЕНЬ**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
80/20/20 Творог с мюсли и кленовым сиропом 200/ Каша рисовая молочная  
45/ Печенье "Мульти-Злак" 20/ Сырная нарезка  
10/ Сливочное масло 10/ Джем 30/ Хлеб с отрубями  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном 180/ Какао 150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Греческий»  
100/ Запеченная свекла с сыром "Креметте"  
50/ Оливковое масло с зеленью

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Бульон куриный с лапшой  
250/ 20 Суп – крем из нута с сухариками  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/25 Семга на пару в сливочном соусе  
100/ Бефстроганов  
100/ Куриные котлетки с кукурузой  
50/ Соус "Сырный" / 50/ Соус "Тар-Тар"

**ГАРНИР**

150/ Рис 150/ Картофельное пюре со шпинатом

**НАПИТОК**

180/ Морс из клюквы

**ПОЛДНИК**

100/ Сандвич-круассан с курицей 180/ Сок фруктовый  
160/ Фруктовый салат в шейкере  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**УЖИН**

100/150 Ежики из говядины с картофельным gratenom  
100/ Салат с томатами 20/ Мини булочка со злаками  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**МЕНЮ**  
**вторник**

**2 ДЕНЬ**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
60/ Фруктовый САЛАТ (добавка к каше или мюсли)  
200/ Каша овсяная на молоке 10/ Джем  
100/50/50 Запеканка творожная со сметаной или сгущенным молоком  
30/ Хлеб с отрубями 10/ Сливочное масло  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном 150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Дайкон с огурцом»  
100/ Салат "Цезарь" с курицей  
25/ Масло оливковое с зеленью

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Солянка мясная  
250/ Суп – крем из кукурузы с сухариками  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

75/25 Говядина в устричном соусе с кунжутом  
100/ Рыбная котлетка  
100/ Шницель куриный  
50/ Соуса "Овощной"

**ГАРНИР**

150/ Овощи на пару 150/ Булгур

**НАПИТОК**

180/ Компот из вишни

**ПОЛДНИК**

100/ Булочка кокосовая  
180/ Лимонад от шеф-кондитера 100/ Фруктовая нарезка (ананас, апельсин, киви)  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

220/ Запеканка с макаронами и мясным фаршем  
75/30 Овощной микс с соусом 20/ Мини булочка со злаками  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**МЕНЮ**  
**среда**

**3 ДЕНЬ**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 35/ Мюсли 35/ Хлопья 150/ Молоко  
70/ Горячий бутерброд с сыром и ветчиной 200/ Каша гречневая на молоке  
10/ Сливочное масло 30/ Хлеб с отрубями 10/ Джем  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном 180/ Какао 150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Крабовый»  
100/ Винегрет

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Минестроне  
250/ Суп – крем из семги с сухариками  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Шницель из индейки  
100/ Котлетка из говядины  
100/ Филе судака в тэмпуре  
50/ Соус “Домашний кетчуп” 50/ Соус “Сырный”

**ГАРНИР**

150/ Овощи запеченные 150/ Картофельные дольки

**НАПИТОК**

180/ Компот фруктовый

**ПОЛДНИК**

100/ Пирожок “Клубника с шоколадом”  
150/ Фрукт 180/ Кефир  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/150 Шницель из говядины с гречкой  
70/ Огурчик свежий 20/ Мини булочка со злаками  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**М Е Н Ю**  
**Четверг**

**4 ДЕНЬ**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 130/ Угурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
200/ Каша три злака на молоке 200/ Суп молочный с вермишелью  
10/ Сливочное масло 10/ Джем 30/ Хлеб с отрубями  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном 150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/20 Салат «Оливье» с мясом и сметанным соусом  
100/ Салат "Капрезе"  
25/ Оливковое масло с базиликом

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Борщ с мясом  
250/ Суп – крем из овощей с гренками  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

75/25 Кролик в сливочном соусе  
100/ Поджарка свиная  
100/ Рыба по-Павловски  
50/ Соус "Овощной" 50/ Соус "Тар-Тар"

**ГАРНИР**

150/ Макароны 150/ Рис

**НАПИТОК**

180/ Компот черная смородина

**ПОЛДНИК**

100/ Сосиска в тесте 20/ Печенье "Органик"  
180/ Сок фруктовый 100/ Фруктовая нарезка (ананас, апельсин, киви)/ 150/ Яблоки  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

200/ Картофельная запеканка с мясным фаршем  
75/30 Овощной микс с соусом 20/ Мини булочка со злаками  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**МЕНЮ**  
**Пятница**

**5 ДЕНЬ**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
100/50 Сырники со сметаной и сгущенным молоком 20/ Сырная нарезка  
20/ Кукурузный хлеб 10/ Сливочное масло 10/ Джем 30/ Хлеб с отрубями  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном 180/ Какао 150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Дальневосточный»  
100/ Огурец с йогуртово-мятной заправкой

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Суп-Крем из цветной капусты с сухариками  
250/ Мясной суп с рисовой лапшей  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

75/25 Свинина в сливочном соусе  
100/ Котлета по-Домашнему  
100/ Рыбные шарики (тефтели)

**ГАРНИР**

150/ Овощное соте из кенийской фасоли 150/ Гречка

**НАПИТОК**

180/ Компот яблоко с курагой

**ПОЛДНИК**

110/ Банановый десерт  
180/ Сок фруктовый 150/ Фрукт 150/ Ряженка  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

120/50/150 Ленивые голубцы со сметаной и картофельным пюре  
75/ Витаминный микс 50/ Огурчик малосольный 20/ Мини булочка со злаками  
180/ Напиток яблоко с курагой  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**М Е Н Ю**  
**Понедельник**

**6 ДЕНЬ**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт 150/ Молоко 10/ Джем  
200/ Каша "Дружба"  
100/50 Творожная запеканка с печеньем и клубничным сиропом  
110/ Запеченное яблоко с сухофруктами  
10/ Сливочное масло 30/ Хлеб с отрубями  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном 180/ Какао 150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Витаминный» с грушей  
100/ Салат с ананасом, курицей и кукурузой  
25/ Масло оливковое с зеленью

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Щи из свежей капусты  
250/ Суп картофельный с кроликом  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Котлетка куриная с сыром  
75/25 Говядина в соусе с болгарским перцем  
100/ Шашлык из семги  
25/ Соус "Тар-Тар" 25/ Соус "Сырный"

**ГАРНИР**

100/ Рис по-Тайски 150/ Запеченные овощи

**НАПИТОК**

180/ Компот яблоко и черная смородина

**ПОЛДНИК**

100/25 Сырный пирог с клубничным соусом  
180/ Сок фруктовый  
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  
20/ Мини-булочка со злаками  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**М Е Н Ю**

**7 ДЕНЬ**

**Вторник**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
100/ Скрэмбл с добавкой 30/ Хлеб с отрубями  
60/ Органическая Сосиска 20/ Печенье "Органик"  
10/ Сливочное масло 180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Овощной»  
100/ Салат с языком  
15/ Оливковое масло с травами 25/ Сметанный соус

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Рассольник с мясом  
250/ Суп-крем из тыквы с сухариками  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

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

**ГАРНИР**

150/ Картофельное пюре 150/ Овощи на пару

**НАПИТОК**

180/ Клюквенный морс

**ПОЛДНИК**

80/20 Круассан классический с шоколадным соусом  
150/ Кефир 150/ Фрукт  
180 /15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/150/ 25 Кордон-Блю с ветчиной и макаронами и тертым сыром  
25/ Соус Сырный 75/ Овощной микс  
20/ Мини-булочка со злаками 180/ Фруктовый сок  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**МЕНЮ**

**8 ДЕНЬ**

**Среда**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 35/ Мюсли 35/ Хлопья 150/ Молоко  
40/ Сырные палочки 30/ Хлеб с отрубями  
200/30 Рисовая молочная каша с ягодным соусом  
180/ Чай в ассортименте с сахаром и лимоном 180/ Какао  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат «Греческий»  
100/ Салат "Коул-Слоу"  
25/ Оливковое масло с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Минестроне  
250 / Крем-суп из курицы с сухариками  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Медальоны из говядины  
100/ Запеченное куриное бедро  
100/ Щучьи котлетки  
25/ Шпинатный соус 25/ Сырный соус

**ГАРНИР**

100/50 Картофель отварной с Баварским соусом 150/50 Макароны с сыром

**НАПИТОК**

180/ Компот ягодный

**ПОЛДНИК**

90/ Ватрушка "Венгерская"  
130/20 Угурт с клюквенным соусом  
150/ Фрукт 150/ Молоко  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/150 Гуляш из говядины с картофельным пюре  
75/ Витаминный микс 20/ Мини-булочка со злаками  
180/ Напиток от Шефа 180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**М Е Н Ю**  
**9 ДЕНЬ Четверг**

**ЗАВТРАК**

130/ Угурт 180/ Йогурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
100/15 Сырники со сметаной с брусничным соусом  
200/ Молочный суп с лапшей 180/ Какао  
30/ Кукурузный хлеб 10/ Сливочное масло 10/ Джем  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/Винегрет  
100/ Салат из свежих овощей с базиликом  
20/ Соус "Винегрет" на основе оливкового масла

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Суп-крем из зеленого горошка с сухариками  
250/ Уха  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Болоньезе  
100/ Котлета из кролика  
100/ Шницель куриный  
50/ Соус "Сырный"

**ГАРНИР**

150/50 Макароны с сыром 150/ Гречка

**НАПИТОК**

180/ Компот вишневый

**ПОЛДНИК**

80/ Эклер 150/ Снежок  
100/ Фруктовая нарезка 150/ Лимонад от шеф-кондитера  
180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100150 Свинина с фасолью и рисом  
70/10 Нарезка "Помидорка" с моцареллой и соусом Базилик  
180/ Компот из сухофруктов 20/ Мини-булочка со злаками  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

**М Е Н Ю**  
**Пятница**

**10 день**

**ЗАВТРАК**

180/ Йогурт 35/ Мюсли 150/ Молоко  
15/10/30 Багет с красной икрой и маслом 30/ Хлеб с отрубями  
200/30 Манная каша с персиками 10/ Джем 10/ Сливочное масло  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном 180/ Какао  
150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

100/ Салат "Цезарь с курицей" и сухариками  
100/ Салат из сельдерея, огурца и дайкона  
10/ Масло оливковое с травами

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Щи со шпинатом  
250/ Суп из курицы с чечевицей  
30/ Хлеб в ассортименте

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

100/ Куриный шашлык  
100/ Гуляш из говядины  
100/ Семга на пару  
50/ Соус "Домашний кетчуп" 50/ Соус "Тар-Тар"

**ГАРНИР**

150/ Отварной картофель 150/ Цветная капуста на пару

**НАПИТОК**

180/ Компот из сухофруктов

**ПОЛДНИК**

90/ Маффин шоколадный с вишней  
180/ Лимонад от шеф-кондитера 100/ Фруктовая нарезка (ананас, киви, апельсин)  
150/ Молоко 180/15 Чай в ассортименте с сахаром

**УЖИН**

100/150 Наггетсы куриные с картофелем запеченным  
35/ Соус "Сырный" 80/ Салат "Витаминка"  
180/ Напиток от Шефа  
180/15/8 Чай в ассортименте с сахаром и лимоном

## 11 ДЕНЬ понедельник

### ЗАВТРАК

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

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

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

### ПОЛДНИК

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

## 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 20/ Джем  
180/ Чай черный, фруктовый 15/ Сахар 8/ Лимон

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат «Мясной»  
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/ Макароны  
20/ Тертый сыр

#### НАПИТОК

180/ Морс из вишни

#### ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

### ПОЛДНИК

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

## 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 20/ Джем  
180/ Чай зеленый, черный 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/Салат «Овощной»

100/ Салат "Коус-Лоу"

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

## 14 ДЕНЬ Четверг

### ЗАВТРАК по-Итальянски



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

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат «Греческий»  
100/ Свекла с чесноком и сыром  
20/ Сметана

#### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Борщ с мясом 15/ Сметана  
250 / Минестроне (вегетарианский суп)

#### 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 по-итальянски

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 по-Итальянски

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

## 15 ДЕНЬ Пятница

### ЗАВТРАК

180/ Йогурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко  
100/30 Сырники со сметаной  
20/ Сырная нарезка 30/ Хлеб с отрубями  
10/ Сливочное масло 20/ Джем  
180/ Чай фруктовый, черный 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат «Винегрет»  
100/ Салат Айсберг с курицей, сыром, кукурузой  
10/ Масло оливковое с травами

#### ПЕРВОЕ БЛЮДО

250/ Суп-Крем куриный  
250 / Щи из щавеля и шпината  
30/ Сметана

#### ВТОРОЕ БЛЮДО

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

#### ГАРНИР

100/ Картофельные драники  
150/ Пенне (макароны)

#### НАПИТОК

180/ Морс "Черная смородина и Яблоко"

#### ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

#### ПОЛДНИК

100/ Сосиска в тесте  
45/ Печенье "Органика"  
150/ Фрукт 130/ Угурт  
180/15 Чай черный, фруктовый с сахаром

### УЖИН

100/150 Котлета по-Домашнему с гречкой  
75/ Витаминный микс 15/ Сметана 30/ Огурчик малосольный  
20/ Мини-булочка со злаками 30/ Кетчуп домашний  
180/ Морс ягодный  
180/15 Чай зеленый или фруктовый с сахаром

## 16 ДЕНЬ Понедельник

### ЗАВТРАК

200/ Омлет с сыром и помидорами  
170/ Йогурт с мюсли и конфитюром  
30/ Хлеб с отрубями  
10/ Сливочное масло 20/ Джем 150/ Молоко  
180/ Чай фруктовый, черный 15/ Сахар 8/ Лимон

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат «Помидоры с Фетой»  
100/ Салат Зеленая грядка  
10/ Масло оливковое с травами

#### ПЕРВОЕ БЛЮДО

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

#### ВТОРОЕ БЛЮДО

100/ Котлетка свинина и говядина  
75/ Курица в сливочном соусе  
100/ Рыбное филе  
25/ Соус «Домашний кетчуп»

#### ГАРНИР

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

#### НАПИТОК

180/ Компот яблоко и черная смородина

#### ХЛЕБ

30/ Хлеб в ассортименте

### ПОЛДНИК

70/ Кекс «Столичный»  
180/ Сок фруктовый 180/ Молоко  
150/ Фрукт 20/ Шоколад «Аленка»  
180/15 Чай черный с сахаром

### УЖИН

100/ Куриный шашлык  
75/ Овощной микс  
150/ Рис  
20/ Мини-булочка со злаками  
180/15 Чай зеленый, черный с сахаром

## 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

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат «Дальневосточный»  
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

## 18 ДЕНЬ Среда

### ЗАВТРАК

130/ Угурт  
35/ Хлопья 35/ Мюсли 150/ Молоко  
45/ Печенье "Мультизлаковое" 30/ Хлеб с отрубями  
200/ Рисовая молочная каша 20/ Джем 10/ Сливочное масло  
180/ Чай черный, фруктовый 15/ Сахар 8/ Лимон

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/ Салат «Столичный»  
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/ Гуляш из говядины  
75/ Витаминный микс 20/ сметанный соус  
150/ Картофельное пюре  
20/ Мини-булочка со злаками  
180/ Напиток от Шефа  
180/15 Чай черный с сахаром

## 19 ДЕНЬ Четверг

### ЗАВТРАК

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

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/Салат с курицей, ананасом и кукурузой  
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

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

### УЖИН

100/150 Мясо по-Французски с рисом  
100/ Нарезка "Помидорка" с моцареллой  
10/ Соус "Базилик" (оливковое масло и базилик)  
20/Мини-булочка со злаками  
180/ Компот из сухофруктов  
180/15 Чай черный с сахаром

## 20 ДЕНЬ Пятница

### ЗАВТРАК

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

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

150/ Фрукт

### ОБЕД

#### Салаты:

100/Салат "Свекла с черносливом"

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 ягод. соусом

150/ Фрукт 180/ Напиток от Шефа

180/15 Чай черный, фруктовый с сахаром

### УЖИН

110/ Голень куриная

100/ Картофельное пюре

75/30 Овощной микс со сметанным соусом

30/Мини-булочка со злаками

180/ Компот из сухофруктов

180/15 Чай черный, зеленый

**14 день (чередуются с днем по-Итальянски)**



**ЗАВТРАК по-Французски**

180/ Йогурт 130/ Угурт  
35/ Мюсли 150/ Молоко  
30/ Круассан классик  
200/ Французская овсянка с кленовым сиропом 20/ Джем 10/ Сливочное масло  
180/ Чай в ассортименте 180/ Какао 15/ Сахар 8/ Лимон

**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**

150/ Фрукт

**ОБЕД**

**Салаты:**

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

**ПЕРВОЕ БЛЮДО**

250/ Суп гороховый с мясом  
250 / Суп овощной

**ВТОРОЕ БЛЮДО**

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

**ГАРНИР**

150/ Макароны  
100/ Рататуй  
20/ Тертый сыр

**НАПИТОК**

180/ Компот из сухофруктов

**ХЛЕБ**

30/ Хлеб в ассортименте

**ПОЛДНИК**

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

**УЖИН**

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