

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОСЕНЬ с 01.09 по 30.11.2021)  
«ПРЕМЬЕРСКИЙ ЛИЦЕЙ»**

| <b>1-я неделя</b>           | <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>  | <b>ВТОРНИК</b>  | <b>СРЕДА</b>   | <b>ЧЕТВЕРГ</b>  | <b>ПЯТНИЦА</b>   |
|-----------------------------|---|---|--|---|--|
| <b>1ый вариант ЗАВТРАКА</b> | Вермишель молочная<br>Сыр<br>Масло сливочное<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный   | Каша рисовая<br>Ветчина<br>Масло сливочное<br>Какао с молоком<br>Хлеб пшеничный   | Каша гречневая молочная<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный  | Каша манная молочная<br>Ветчина<br>Масло сливочное<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный   | Каша геркулесовая молочная<br>Горячий бутерброд с сыром<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный  |
| <b>2ой вариант ЗАВТРАКА</b> | Оладьи со сгущенным молоком<br>Сыр<br>Масло сливочное<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный  | Омлет натуральный запеченный<br>Ветчина<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный   | Творожок воздушный с джемом<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный  | Запеканка, твороженная с фруктовым соусом<br>Ветчина<br>Масло сливочное<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный  | Плов фруктовый<br>Горячий бутерброд с сыром<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный  |
| <b>2-ой завтрак</b>         | Сок в ассортименте<br>Смузи ягодное<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте   | Сок в ассортименте<br>Бланманже / Желе «Панакота»<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте   | Сок в ассортименте<br>Салат фруктовый с сиропом<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте  | Сок в ассортименте<br>Желе плодово-ягодное<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте  | Сок в ассортименте<br>Смузи плодово-ягодное<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте  |
| <b>1-ый вариант ОБЕДА</b>   | Салат «Здоровье»<br>Суп – крем из тыквы с гренками<br>Котлеты рыбные<br>«Любительские»<br>Картофельное пюре<br>Компот из свежих ягод (ассорти)<br>Хлеб ржаной и пшеничный | Салат «Греческий»<br>Суп-пюре из овощей<br>Гуляш из мяса птицы<br>Гречка рассыпчатая с маслом<br>Кисель из ягод (ассорти)<br>Хлеб ржаной и пшеничный  | Икра овощная собственного приготовления<br>Уха Ростовская<br>Бифштекс с рубленным мясом<br>Макароны с маслом<br>Компот из свежих фруктов<br>Хлеб ржаной и пшеничный  | Салат из китайской капусты с яйцом<br>Борщ Украинский с зеленой фасолью и сметаной<br>Шницель из мяса птицы с соусом молочно-сливочным<br>Мусака овощная<br>Компот из малины<br>Хлеб ржаной и пшеничный | Салат «Зеленый»<br>Суп «Министроне»<br>«Рыбный дуэт» в сливочном соусе/Рыба, запеченная с овощами<br>Картофельное пюре<br>Компот из свежих ягод (ассорти)<br>Хлеб ржаной и пшеничный |
| <b>2-ой вариант ОБЕДА</b>   | Овощи порционные<br>Суп овощной «Мозаика»<br>Тефтели мясные в сливочно-томатном соусе<br>Макароны с маслом<br>Компот из свежих ягод (ассорти)<br>Хлеб ржаной и пшеничный  | Салат из свежих огурцов с зеленым луком и маслом<br>Суп «Паутинка» на курином бульоне<br>Котлеты из индейки с морковью<br>Овощное рагу<br>Кисель из ягод (ассорти)<br>Хлеб ржаной и пшеничный | Салат из белокочанной капусты с сладким перцем и зеленым луком<br>Суп-крем из цветной капусты и овощей с гренками<br>Индейка, запеченная со сладким перцем<br>Рис отварной с маслом<br>Компот из свежих фруктов<br>Хлеб ржаной и пшеничный | Салат «Осенний»<br>Суп картофельный с мясными фрикадельками из мяса птиц<br>Ёжики с рисом<br>Компот из малины<br>Хлеб ржаной и пшеничный  | Салат «Провансаль» из свежей капусты<br>Суп «Гороховый»<br>Биточки, рубленные куриные<br>Гречка отварная с маслом<br>Компот из свежих ягод (ассорти)<br>Хлеб ржаной и пшеничный      |
| <b>1ый вариант ПОЛДНИКА</b> | Шарлотка яблочно-цитрусовая<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие   | Запеканка тыквенно-яблочная<br>Коржики молочные/Маффины<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие   | Заливной пирог с капустой и яйцами<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие   | Пицца детская<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие   | Оладушки с джемом<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие  |
| <b>2ой вариант ПОЛДНИКА</b> | Творожок воздушный с фруктовым джемом<br>Кисель из свежих ягод (ассорти)<br>Фрукты свежие   | Сырники по – Краснодарски с фруктово-ягодной начинкой<br>Кефир<br>Фрукты свежие   | Омлет с ветчиной<br>Морс клюквенный<br>Фрукты свежие   | Суфле фруктовое<br>Йогурт питьевой<br>Фрукты свежие   | Пудинг из творога с яблоком<br>Молоко<br>Фрукты свежие   |

| 2-я неделя                  | ПОНЕДЕЛЬНИК  | ВТОРНИК  | СРЕДА  | ЧЕТВЕРГ  | ПЯТНИЦА   |
|-----------------------------|--|--|--|--|---|
| <b>1ый вариант ЗАВТРАКА</b> | Каша рисовая молочная<br>Ветчина<br>Масло сливочное<br>Какао с молоком<br>Хлеб пшеничный   | Каша геркулесовая молочная<br>Горячие бутерброды с сыром<br>Масло сливочное<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный   | Каша манная молочная<br>Ветчина<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный  | Каша гречневая молочная<br>Сыр<br>Масло сливочное<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный   | Вермишель молочная<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный  |
| <b>2ой вариант ЗАВТРАКА</b> | Яйцо отварное<br>Ветчина<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный   | Сырники из творога с джемом<br>Горячие бутерброды с сыром<br>Масло сливочное<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный  | Творожок воздушный с ягодами<br>Ветчина<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный  | Суфле твороженное со сгущенкой<br>Сыр<br>Масло сливочное<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный  | Макаронные отварные с сосиской<br>Масло сливочное<br>Чай с сахаром<br>Хлеб пшеничный  |
| <b>2-ой завтрак</b>         | Сок в ассортименте<br>Смузи ягодное<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте  | Сок в ассортименте<br>Бланманже / Желе «Панакота»<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте  | Сок в ассортименте<br>Салат фруктовый с сиропом<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте  | Сок в ассортименте<br>Желе плодово-ягодное<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте   | Сок в ассортименте<br>Смузи плодово-ягодное<br>Фрукты и ягоды свежие в ассортименте   |
| <b>1-ый вариант ОБЕДА</b>   | Салат из свежих огурцов с зеленым салатом<br>Суп «Лапша» куриная<br>Рыба, запеченная с картофелем по - русски<br>Компот из малины<br>Хлеб ржаной и пшеничный                                     | Салат из свежих помидор, зеленого лука с маслом<br>Суп гороховый с гречками<br>Колбаски из говядины запеченные с пряными травами<br>Гречка отварная с маслом<br>Компот из свежих ягод (ассорти)<br>Хлеб ржаной и пшеничный | Салат из китайской капусты с яйцом<br>Суп –пюре «Коралловый»<br>Запеканка картофельная с мясом<br>Компот из яблок и груш<br>Хлеб ржаной и пшеничный                        | Салат из свежих огурцов и помидор с зеленью<br>Куриный бульон с яйцом и золотистыми гречками<br>Перец (кабачки, баклажаны) фаршированные мясом, овощами и рисом<br>Кисель плодово-ягодный<br>Хлеб ржаной и пшеничный | Салат «Греческий»<br>Борщ «Сибирский» со сметаной<br>Котлеты рыбные с овощами, запеченные в соусе<br>Рис отварной с маслом<br>Компот из черной смородины<br>Хлеб ржаной и пшеничный |
| <b>2-ой вариант ОБЕДА</b>   | Салат из белокочанной капусты, сладкого перца и зеленого лука<br>Суп-крем из тыквы с гречками<br>Биточки «Московские»<br>Гречка отварная с маслом<br>Компот из малины<br>Хлеб ржаной и пшеничный | Салат «Витаминный»<br>Суп «Минестроне»<br>Тефтели мясные в сливочно-томатном соусе<br>Макаронные с маслом<br>Компот из свежих ягод (ассорти)<br>Хлеб ржаной и пшеничный  | Салат «Осенний»<br>Щи по – Уральски из свежей капусты<br>Котлеты куриные, по–царски «Золотистые»<br>Ризотто с овощами<br>Компот из яблок и груш<br>Хлеб ржаной и пшеничный | Салат «Солнышко»<br>Суп «Бабушкин» с домашними пельменями<br>Руллет из индейки с овощами<br>Макаронные с маслом<br>Кисель плодово-ягодный<br>Хлеб ржаной и пшеничный   | Овощи порционные<br>Суп-пюре картофельный со сметаной<br>Курица, жаренная в маринаде<br>Овощное рагу<br>Компот из черной смородины<br>Хлеб ржаной и пшеничный                       |
| <b>1ый вариант ПОЛДНИКА</b> | Чудо-творожок<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие  | Котлеты капустно-морковные со сметаной<br>Выпечка в ассортименте/Сочники<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие   | Пудинг творожено-рисовый<br>Чай с сахаром<br>Шарлотка с яблоком<br>Фрукты свежие   | Запеканка тыквенно-яблочная<br>Пирожки с капустой, с рисом и яйцом, с яблоком<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие  | Вареники ленивые<br>Чай с сахаром<br>Фрукты свежие  |
| <b>2ой вариант ПОЛДНИКА</b> | Курник<br>Напиток лимонный   | Запеканка рисовая с свежими фруктами и ягодным соусом<br>Кефир   | Крокеты из моркови с изюмом<br>Морс клюквенный   | Шницель овощной запеченный в молочном соусе<br>Кисель фруктово - ягодный   | Заливной пирог с ветчиной и сыром<br>Молоко   |