

Частное общеобразовательное учреждение «Перфект-гимназия»

Примерное меню обедов поставщика горячего питания на 2020/21 уч. год

Является приложением к договору о поставке горячего питания школьников

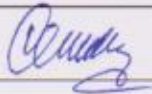
Название блюда	Выход (вес) порции (мл или гр)
1 НЕДЕЛЯ	
Понедельник	
Салат из свеклы черносливом и гр. Орехом «Черномор» с р/м	60
Уха крестьянская с красной рыбой	250
Бефстроганов	80
Капуста тушеная/картофельное пюре	70/80
Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	870
Вторник	
Икра баклажанная	60
Борщ со свежей капусты с говядиной	250
Рыба припущенная (минтай, горбуша)	90
Картофельное пюре со сливочным маслом	150
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	800
Среда	
Салат из свежих овощей с оливк. маслом	60
Суп курин. с домашней лапшой	250
Тефтели (мясо говядина)	100
Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150

Компот из с/х фруктов и плодов сухих (шиповник)	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	810
Четверг	
Салат из моркови с сыром	60
Щи с говядиной со св.капустой и фасолью	250
Плов из мяса (свинина. Говдина)	225
Напиток ягодный	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	785
Пятница	
Салат «Витаминный» (морковь, огурец, капуста, зел. горошек оливк. масло)	60
Суп овощной с мясными фрикадельками	250/20
Гуляш из говядины	80
Макароны со сливочным маслом	150
Компот из с/х фруктов	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	810
2 НЕДЕЛЯ	
Понедельник	
Салат	60
Борщ с говядиной и со сметаной	250/10
Котлета мясная рубленая	90
Каша гречневая со сливочным маслом	150
Компот из ягод (замороженных или свежих)	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной	30
Итого	800

Вторник	
Салат «Зимний» (отварные картофель. морковь, лук, яйцо, сол огурец р/м)	60
Суп рыбный	250
Бедро курин. запеченная	100
Рис припущенный со сливочным маслом	150
Компот из плодов сухих (изюм)	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	810
Среда	
Салат «Лето» (отварн. картофель. огурец св., помидор, сладкий перец, зел. горошек, р/м)	60
Свекольник с курицей со сметаной	250/10
Жаркое по-домашнему (говядина)	225
Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	795
Четверг	
Винегрет с р/м	60
Рассольник по-ленинградски с говядиной	250
Рыба тушеная (горбуша) под овощами	100/20
Картофельное пюре	120
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	905
Пятница	
Салат из свежих овощей под оливк. маслом	60
Суп гороховый с сухариками и курицей	250/10

Печень-по строгановски или котлета печеночная	90
Гороховое пюре со сливочным маслом	150
Напиток клюквенный	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	810

Технолог «Столовая 555»



Сенчук О.Л