

Затверджую
 Директор Іларіонівського ліцею
 Іларіонівської селищної ради
 Дніпропетровської області
 К. В. Філатова



Погоджено
 Начальник Синельниківського
 управління Головного
 управління Держпродспоживслужби
 в Дніпропетровській області
 А.В. Забара

Примірне 4-тижневе меню

Іларіонівського ліцею Іларіонівської селищної ради Дніпропетровської області
 для учнів ГПД на осінній період

	I тиждень			II тиждень	
Понеділок	Салат з капусти, огірків та кропу	50	Понеділок	Салат з м'якого сиру та томатів	75
	Борщ з картоплею	250		Суп з крупою рисовою та томатом	250
	Сметана	25		Лінові голубці з яловичиною	180
	Запечене філе курки з орегано	50		Сік	200
	Рис (розсипчастий) з орегано	120		Хліб житній	30
	Хліб житній	100		Яблука свіжі	75
	Яблука свіжі	100			
Вівторок	Сочевичний суп-пюре	250	Вівторок	Салат зі свіжого буряка та сметаною	75
	Рибні нагетси	70		Суп білий з галушками	250
	Соус "Кетчуп"	25		Бефстроганов	100
		120		Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120
	Овочеve cote			Хліб білий пшеничний	30
	Чай з мелісою	150		Чай з мелісою	100
	Хліб білий пшеничний	30		Банани свіжі	100
Середа	Салат з яйцем, сиром та куркумою	75	Середа	Салат з овочів та яєць	75
	Борщ з картоплею	250		Капусняк з гарбузом	250
	Сметана	25		Рибні стіки	70
	Китайська печеня зі свининою	150		Соус "Кетчуп"	25
	Хліб житній	30		Рис розсипчастий з орегано	120
	Апельсини	75		Хліб житній	30
				Апельсини	100
Четвер	Салат з капусти, яблуком та селерою	50	Четвер	Салат з моркви, яблука та соусом "Вінегрет"	75
	Суп гороховий	250		Борщ з картоплею	250
	Болоньезе з яловичини	120		Сметана	25
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120			50
	Хліб білий пшеничний	30		Котлета рублена з курячого філе	
	Банани свіжі	75		Картопляне пюре з орегано	120
				Хліб житній	30
П'ятниця	Салат зі свіжих томатів	50	П'ятниця	Яблука свіжі	75
		250		Мінестроне	25
	Капусняк з гарбузом			Чилі кон карне (квасоля з яловичим м'ясом)	180
	Плов з булгура та свининою	150		Сік	150
	Сік	200		Хліб білий пшеничний	30
	Хліб житній	30		Банани свіжі	100
	Яблука	75			

III тиждень			IV тиждень		
Понеділок	Салат з квашених огірків та свіжої капусти	50	Понеділок	Салат з моркви та імбирю	50
	Суп квасолевий	250		Борщ з картоплею	250
	Курячі нагетси	85		Сметана	25
	Соус "Кетчуп"	25		Гуляш з вареної яловичини	70
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120			120
	Хліб житній	30		Каша пшенична (розсипчаста)	
	Яблука свіжі	75		Сік	200
Вівторок	Салат з огірків, петрушки та часником	50	Вівторок	Хліб житній	30
	Сочевичний суп-пюре	250		Апельсини	75
	Кебаб з сиром	60			75
	Соус "Кетчуп"	25		Салат зі свіжого буряка та сметаною	
	Кускус (розсипчастий)	120		Суп білий з галушками	250
	Хліб білий пшеничний	30		Куліш з курячим м'ясом	180
	Яблука свіжі	75		Чай з мелісою	150
Середа	Салат з м'якого сиру та томатів	100	Середа	Хліб білий пшеничний	30
	Суп з крупою перловою і томатом	250		Яблука свіжі.	100
	Печеня по-домашньому з яловичиною	150			
	Хліб житній	30		Салат з моркви, сиру та сметаною	75
	Банани свіжі	75		Суп з крупою рисовою та томатом	250
Четвер	Вінегрет	75	Четвер		70
		250		Бефстроганов з вареної яловичини	
	Суп овочевий	150		Картопляне пюре з орегано	120
	Плов з булгура та свининою			Хліб білий пшеничний	30
	Сік	200		Банани свіжі	100
	Хліб білий пшеничний	30		Салат з яйцем, сиром, куркумою	75
П'ятниця	Апельсини	75	П'ятниця		250
	Салат з моркви, яблука та соусом "Вінегрет"	75		Суп картопляний з бобовими	
	Борщ з картоплею	250		Риба тушкована з овочами у томатному соусі	60
	Сметана	25		Сочевиця зі спеціями	120
	Риба запечена з морквою та цибулею під соусом "Бешамель"	60		Хліб білий пшеничний	30
	Рис (розсипчастий) з кмином	120		Банани свіжі	100
	Хліб житній	30			50
Банани свіжі	100	Салат з яєць та зеленого горошку			
		Суп овочевий	250		
		Болоньезе з яловичини	120		
		Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120		
		Хліб житній	30		
		Яблука свіжі	75		