



Затверджую
 Директор Ларіонівського ліцею
 Ларіонівської селищної ради
 Дніпропетровської області
 К. В. Філатова

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

Примірне 4-тижневе меню
 Ларіонівського ліцею Ларіонівської селищної ради Дніпропетровської області
 для учнів 5-11 класів
 на осінній період

	I тиждень			II тиждень	
Понеділок	Салат з м'якого сиру та томатів	100	Понеділок	Салат з кисломолочного сиру, перцю солодкого та часнику	75
	Фрітата	50		Овочева паелья з куркумою	250
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	150		Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	150
	Сік	200		Хліб пшеничний білий	50
	Хліб пшеничний білий	50		Апельсини свіжі	100
	Яблука свіжі	100			
Вівторок	Салат зі свіжого буряка та сметаною	100	Вівторок	Салат з капусти, огірків та кропу	100
	Плов з курячим м'ясом 180/70	250		Запечене філе курки з орегано	75
	Чай масала	200		Картопляне пюре з орегано	150
	Хліб житній	50		Йогурт	125
	Банани свіжі	100		Хліб житній	50
				Банани свіжі	100
Середа	Салат з огірків та петрушки	75	Середа	Салат зі свіжого буряка та олії	75
	Котлета по-міланськи з сиром	125		Курячі нагетси	125
	Кускус (розсипчастий)	150		Соус "Кетчуп"	25
	Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	150		Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	150
	Апельсини	100		Сік	200
				Яблука свіжі	100
Четвер	Салат з капусти та моркви	75	Четвер	Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	75
	Рибні стіки	105		Риба тушкована з овочами та томатним соусом	72/18
	Соус "Кетчуп"	25		Рис з орегано	150
	Рис з кмином (розсипчастий)	150		Какао з молоком	180
	Какао з молоком	180		Хліб житній	50
	Банани свіжі	100		Банани свіжі	100
П'ятниця	Оладки кукурудзяні з морквою	125	П'ятниця	Овочева соте	75
	Сметана	25		Сочевія (відварена) зі спеціями (кориця, аніс)	150
	Овочева соте	120		Львівський сирник з морквою	100
	Йогурт	125		Сметана	10
	Хліб пшеничний білий	50		Чай масала	200
	Яблука свіжі	100		Яблука свіжі	100

III тиждень		IV тиждень			
Понеділок	Салат з овочів та яєць	100	Понеділок	Салат з капусти, огірків та кропу	100
	Картопля відварна	100		Вегетаріанський закритий пиріг	200
	Котлета рублена з курячого філе	75		Какао з молоком	180
	Сік	200		Хліб пшеничний білий	50
	Яблука свіжі	100		Яблука свіжі	100
Вівторок	Овочеve асорті	100	Вівторок	Салат з капусти, зеленого горошку та насіння	75
	Котлета рублена з курячого філе	75		Курячий шніцель	100
	Овочеve рагу з зеленим горошком	150		Соус "Кетчуп"	25
	Йогурт	125		Каша пшенична (розсипчаста)	150
	Банани свіжі	100		Сік	200
Середа	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	Середа	Запечені кабачки в панірувальних сухарях	75
	Рибні нагетси	105		Минтай запечений у соусі "Бешамель"	90
	Соус "Кетчуп"	25		Рис (розсипчастий) з орегано	150
	Рис розсипчастий з орегано	150		Йогурт	125
	Чай масала	200		Хліб житній	50
	Хліб житній	50		Яблука свіжі	75
	Апельсини	100			
Четвер	Салат з м'якого сиру та томатів	75	Четвер	Овочеve рагу з горошком	150
		250		Запіканка сирна з бананом та сметаною	225/25
	Лобіо з квасолі				150
	Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	150		Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	
	Хліб пшеничний білий	50		Апельсини	75
Яблука свіжі	100				
П'ятниця	Салат зі свіжого буряка та ароматної олії	100	П'ятниця	Салат з моркви, яблук та соусом "Вінегрет"	75
	Курка тушкована в соусі з кміном	90		Чахохбілі з куркою	150
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	150			150
	Чай масала	200		Кускус (розсипчастий)	
	Хліб пшеничний білий	50		Чай масала	200
Апельсини	100	Хліб пшеничний білий	50		
		Яблука свіжі	75		