

MENU

sodexo



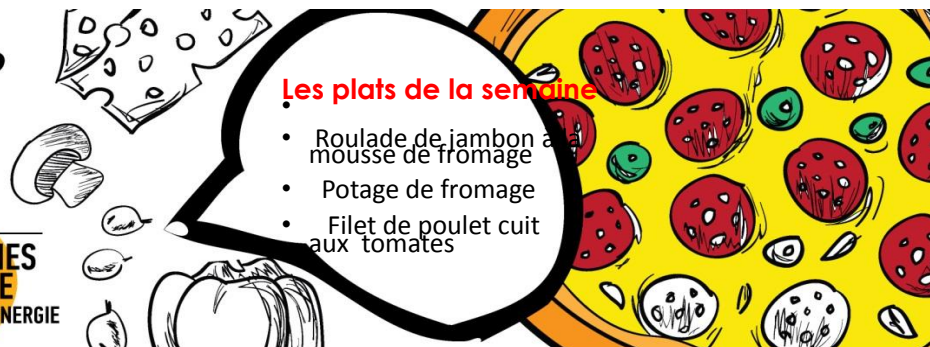
**LES FRUITS
ET LEGUMES**
SONT BONS POUR LA SANTÉ



**LES POMMES
SONT RICHES
EN VITAMINE A**



**LES POMMES
DE TERRE**
PROCURENT DE L'ÉNERGIE



Les plats de la semaine

- Roulade de jambon à la mousse de fromage
- Potage de fromage
- Filet de poulet cuit aux tomates

Lundi

Mardi

Mercredi

JEUDI

Vendredi

UNE ENTRÉE	UNE ENTRÉE	UNE ENTRÉE	UNE ENTRÉE	UNE ENTRÉE
Salade de carottes  gr	Salade de concombres  r	Salade "Chef"  	Salade de tomates  r	Salade de crudités 
Salade au poulet  0gr	Salade au surimi  100gr		Salade "Vinaigrette"  3 gr	Salade aux champignons  100gr
Salade "Koleslow"  1r	Salade "Valdorf" 		Roulade de jambon à la mousse de fromage  	Salade verte au fromage 
Nouilles aux champignons   gr	Potage de fromage   	Bouillon de boeuf aux oeufs  1/100g	Soupe aux pois cassés 200 gr  	Bortsch 
UN PLAT CHAUD	UN PLAT CHAUD	UN PLAT CHAUD	UN PLAT CHAUD	UN PLAT CHAUD
Paprikache de poulet  	Croquettes de boeuf  1/1 	Boulettes de dinde  	Boeuf à l'étouffée  1/1 	Croquettes de poisson  
Croquettes de porc  1/1 	Filet de merlu  1/1 		Filet de poulet cuit aux tomates  150 gr	Porc à l'étouffée  
GARNITURE	GARNITURE	GARNITURE	GARNITURE	GARNITURE
Riz 150 gr	Farfalle 150 gr 	Pommes de terre 1/1500gr r	Riz 150 gr	Pommes de terre 150 gr
Petits pois 	Brocolis 	Céleris 1/50gr	Mélange de légumes 50 gr	Haricots verts 
UN LAITAGE	UN LAITAGE	UN LAITAGE	UN LAITAGE	UN LAITAGE
Yaourt ou Fromage  pc	Yaourt ou Fromage  c	Yaourt ou Fromage	Yaourt ou Fromage  1 pc	Yaourt ou Fromage 1 pc
UN DESSERT	UN DESSERT	UN DESSERT	UN DESSERT	UN DESSERT
Fruit ou Compote fraises-bananes  	Fruit ou Bavaois de pêches 1 r 	Fruit ou Salade de fruits   	Fruit ou Viennoiserie   g	Fruit ou Poires cuites 1 pc
Oranges  r	Pommes cuites 		Compote de cerises   100g	Smoothie fruits-baies   100gr

Classes élémentaires

Ecole Ivan Bounine (ul. Fridrikha Engelsa, 79c1)

19/03/18-23/03/18

МЕНЮ

sodexo

БЛЮДА НЕДЕЛИ



ОВОЩИ И ФРУКТЫ
УКРЕПЛЯЮТ ЗДОРОВЬЕ



ЯБЛОКИ БОГАТЫ
ВИТАМИНОМ А, ЭТОТ
ВИТАМИН ПОМОГАЕТ
УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ПРОСТУДЫ



КАРТОФЕЛЬ
ИМЕЕТ БОЛЬШУЮ
ПИТАТЕЛЬНУЮ ЦЕННОСТЬ



Понедельник

Вторник

Среда

Четверг

Пятница

САЛАТЫ		САЛАТЫ		САЛАТЫ		САЛАТЫ		САЛАТЫ	
Салат из моркови	100 гр	Салат из огурцов	100 гр			Салат из помидоров	100 гр	Ассорти овощное	100 гр
Салат с курицей	100 гр	Салат крабовый	100 гр	Салат "Шеф"	1/100гр	Салат Винегрет	100 гр	Салат грибной	100 гр
Салат "Колеслоу"	100 гр	Салат "Вальдорф"	100 гр			Рулетики из ветчины с сырным соусом	100 гр	Салат зеленый с фетой	100 гр
Суп-лапша с грибами	200 гр	Суп-пюре сырный	200 гр	Бульон говяжий с яйцом	200гр	Суп гороховый	200 гр	Борщ	200 гр
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА	
Паприкаш из курицы	1/100гр	Котлеты говяжьи	1/90/60гр	Котлеты из индейки	1/250гр	Говядина тушеная	1/100г р	Котлеты рыбные	1/75/75гр
Котлеты из свинины	170 гр	Филе трески	1/100гр			Филе куриное с помидорами	1/90/60гр	Тушеная свинина	1/100гр
ГАРНИРЫ		Гарниры		Гарниры		ГАРНИРЫ		ГАРНИРЫ	
Рис отварной	150 гр	Фарфалле	150 гр	Картофель	1/150гр	Рис	150 гр	Картофель	150 гр
Горошек зеленый	50 гр	Брокколи	50 гр	Сельдерей	1/50гр	Смесь мексиканская	50 гр	Фасоль зеленая	50 гр
МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ	
Йогурт или Сыр	1 шт	Йогурт или Сыр	1 шт	Йогурт или Сыр		Йогурт или Сыр	1 шт	Йогурт или Сыр	1 шт
ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ	
Фрукт сезонный		Фрукт сезонный		Фрукт сезонный		Фрукт сезонный		Фрукт сезонный	
Парфе клубника-банан	1/100гр	Баваро из персиков	1/100гр	Фруктовый салат	1/100гр	Выпечка	1/100г р	Груша печеная	1/150гр
Апельсины	1/100гр	Яблоко печеное	1/100гр			Парфе вишня-банан	1/100г р	Смузи фрукты-ягоды	1/100гр

