

MENU

sodexo*



Lundi

Mardi

Mercredi

JEUDI

Vendredi

UNE ENTRÉE		UNE ENTRÉE		UNE ENTRÉE		UNE ENTRÉE		UNE ENTRÉE	
Salade de tomates	100 gr	Concombres	100 gr	Salade de crudités avec du fromage	1/100gr	Salade de carottes	100 gr	Salade de crudités	100 gr
Salade grecque	100gr	Salade "Angleterre"	100 gr			Salade de choux rouges	100 gr	Salade de oeufs avec des légumes	100 gr
Salade de choux blancs	100gr	Salade de radis rouges	100 gr			Sandwich à la saucisse	100 gr	Salade de bettrave	100 gr
Soupe aux lentilles	250gr	Soupe "Chtchi"	250gr	Soupe aux légumes	250gr	Potage de fromage	250gr	Soupe de pommes de terre	250gr
UN PLAT CHAUD		UN PLAT CHAUD		UN PLAT CHAUD		UN PLAT CHAUD		UN PLAT CHAUD	
Pilaf au poulet	1/100gr	Croquettes de boeuf	1/100gr	Paprikache de poulet	1/100gr	Sauce "Bolognaise"	1/100gr	Croquettes de poulet	1/100gr
Croquettes de porc	1/90/60gr	Poisson à la sauce	1/90/60gr			Croquettes de poisson	50 gr	Porc Morengo	1/90/60gr
GARNITURE		GARNITURE		GARNITURE		GARNITURE		GARNITURE	
Riz	150gr	Pommes de terre	150 gr	Boulgour	150gr	Spaghetti	150 gr	Riz	150 gr
Brocolis	50 gr	Ragoût de légumes	50 gr	Céleri-rave	50gr	Potiron	50 gr	Haricots verts avec des carottes	50 gr
UN LAITAGE		UN LAITAGE		UN LAITAGE		UN LAITAGE		UN LAITAGE	
Yaourt		Yaourt ou		Yaourt ou		Yaourt ou		Yaourt ou	
Fromage	1 pc	Fromage	1 pc	Fromage	1pc	Fromage	1 pc	Fromage	1 pc
UN DESSERT		UN DESSERT		UN DESSERT		UN DESSERT		UN DESSERT	
Fruit ou		Fruit ou		Fruit ou		Fruit ou		Fruit ou	
Parfait de baies	1/100gr	Panna Cotta	1/100gr	Oranges	1 pièce	Parfait de pommes	1/100gr	Pâtisserie	1/100gr
Pêches	1 pièce	Salade de fruits	1/100gr			Bananes au cacao	1/100gr	Smoothie	1/100gr

Classes élémentaires

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

04/10/21 - 08/10/21

МЕНЮ

sodexo*



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	
Помидоры	100 гр	Огурцы	100 гр	Салат зеленый с сыром	100 гр	Морковь	100 гр	Овощной дипс	100 гр
Салат греческий	100 гр	Салат "Англетер"	100 гр			Салат из капусты к/к	100 гр	Салат с яйцом и овощным гарниром	100 гр
Салат из капусты б/к	100гр	Салат из редиса	100 гр			Бутерброд с колбасой	100 гр	Салат из свеклы	100 гр
Суп из чечевицы	250гр	Щи зелёные	250гр	Суп овощной	250гр	Суп-пюре сырный	250гр	Суп картофельный с грибами	250гр
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА	
Плов куриный	1/100гр	Котлеты говяжьи	1/100гр	Паприкаш из курицы	1/100гр	Спагетти "Болоньезе"	1/100гр	Котлеты куриные	1/100гр
Котлеты свиные	1/150гр	Рыба жареная	1/90/60гр			Рыбная котлета	1/100гр	Свинина Моренго	1/100гр
ГАРНИРЫ		Гарниры		Гарниры		ГАРНИРЫ		ГАРНИРЫ	
Рис	150 гр	Картофель	150 гр	Булгур	150гр	Спагетти	150 гр	Рис	150 гр
Брокколи	50гр	Рагу овощное	50 гр	Корень сельдерея	50гр	Тыква	50 гр	Фасоль зелёная с морковью	50 гр
МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ	
Йогурт или сыр	1 шт	Йогурт или Сыр	1 шт	Йогурт или Сыр	1 шт	Йогурт или Сыр	1 шт	Йогурт или Сыр	1 шт
ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ	
Фрукт сезонный или Парфе ягодное	1/100гр	Фрукт сезонный Панна Котта	1/100гр	Апельсины	1 шт	Фрукт сезонный Парфе яблочное	1/100гр	Выпечка	1/100гр
Персик	1шт	Фруктовый салат	1/100гр			Бананы с какао	1/100гр	Смузи	1/100гр

04/10/21 - 08/10/21