

# MENU

Menu à titre indicatif

06/12/2021-10/12/2021

sodexo\*


























































Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

UNE ENTRÉE	UNE ENTRÉE	UNE ENTRÉE	UNE ENTRÉE	UNE ENTRÉE
Salade au jambon  100 gr	Salade de fromage  100 gr	Salade aux poivrons  100 gr	Salade de concombres  100 gr	Salade de radis  100 gr
Salade de chou  100 gr	Salade de tomates  100 gr	Salade de carottes  100 gr	Salade de poisson  100 gr	Salade de jambon  100 gr
Soupe de potiron  100 gr	Soupe de nouilles  100 gr	Bortsch  200 gr	Soupe de pois cassés  200 gr	Soupe-purée de fromage  200 gr
UN PLAT CHAUD	UN PLAT CHAUD	UN PLAT CHAUD	UN PLAT CHAUD	UN PLAT CHAUD
Porc  100 gr	Bœuf  100 gr	Porc  100 gr	Bœuf  100 gr	Croque-monsieur  100 gr
Poulet  100 gr	Poisson  100 gr	Poulet  100 gr	Dinde  100 gr	Poisson  100 gr
GARNITURE	GARNITURE	GARNITURE	GARNITURE	GARNITURE
Pâtes  150 gr	Riz  150 gr	Pommes de terre  150 gr	Pâtes  150 gr	Lentille  150 gr
Petits pois  50 gr	Haricots verts  50 gr	Potiron  50 gr	Poivron  50 gr	Chou-fleur  50 gr
UN LAITAGE	UN LAITAGE	UN LAITAGE	UN LAITAGE	UN LAITAGE
Yaourt ou  1 pc	Yaourt ou  1 pc	Yaourt ou  1 pc	Yaourt ou  1 pc	Yaourt ou  1 pc
Fromage  1 pc	Fromage  1 pc	Fromage  1 pc	Fromage  1 pc	Fromage  1 pc
UN DESSERT	UN DESSERT	UN DESSERT	UN DESSERT	UN DESSERT
Fruit ou  1 pc	Fruit ou  1 pc	Fruit ou  1 pc	Fruit ou  1 pc	Fruit ou  1 pc
Smoothies  1 pc	Pâtisserie  1 pc	Gelée d'orange  1 pc	Purée de baies  1 pc	Pâtisserie  1 pc

# МЕНЮ

Menu à titre indicatif

sodexo\*

06/12/2021-10/12/2021



**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 с ветчиной	100 гр	Салат с сыром	100 гр	Салат с перцем	100 гр	Салат с огурцом	100 гр	Салат с редисом	100 гр
Салат из капусты	100 гр	Салат с помидорами	100 гр	Салат из моркови	100 гр	Салат с рыбой	100 гр	Салат с ветчиной	100 гр
Суп-пюре из тыквы	200 гр	Суп лапша	200 гр	Борщ	200 гр	Суп гороховый	200 гр	Суп сырный	200 гр
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		ГОРЯЧИЕ БЛЮДА	
Свинина	100 гр	Говядина	100 гр	Свинина	100 шт	Говядина	100 гр	Крок-месье	100 гр
Курица	100 гр	Рыба	100 гр	Курица	100 гр	Индейка	100 гр	Рыба	100 гр
ГАРНИРЫ		ГАРНИРЫ		ГАРНИРЫ		ГАРНИРЫ		ГАРНИРЫ	
Макароны	150 гр	Рис	150 гр	Картофель	150 гр	Макароны	150 гр	Чечевица	150 гр
Горошек	50 гр	Фасоль зеленая	50 гр	Тыква	50 гр	Перец	50 гр	Цветная капуста	50 гр
МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ	
Йогурт или		Йогурт или		Йогурт или		Йогурт или		Йогурт или	
Сыр	1 шт	Сыр	1 шт	Сыр	1 шт	Сыр	1 шт	Сыр	1 шт
ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ		ДЕСЕРТЫ	
Фрукт сезонный		Фрукт сезонный		Фрукт сезонный		Фрукт сезонный		Фрукт сезонный	
Смузи		Выпечка		Желе апельсиновое		Ягодное пюре		Выпечка	