

MENU

sodexo*



Lundi

Mardi

Mercredi

JEUDI

Vendredi

UNE ENTRÉE		UNE ENTRÉE		UNE ENTRÉE		UNE ENTRÉE		UNE ENTRÉE	
Carottes	100gr			Salade verte de concombres et oeufs	1/100gr	Salade de crudités	100 gr	Salade de tomates	100 gr
Salade "Koleslow"	100gr					Salade de chou rouge	100 gr	Salade "Taboulet"	100 gr
Salade "Angleterre"	100gr			Bouillon de poulet	1/250gr	Salade aux pommes de terre et champignons	100 gr	Salade verte aux olives	100 gr
Soupe "7 légumes"	1/250gr					Soupe aux pois cassés	1/250gr	Potage de tomate	1/250gr
UN PLAT CHAUD		0		0		0		0	
Pelmeni	1/100gr					Sauce "Carbonara"	1/100gr	Croquettes de poulet	1/100gr
Filet de merlu	1/100gr			Boulettes de boeuf	1/100gr	Filet de porc	150 gr	Filet de merlu frit	75/50gr
GARNITURE		0		0		0		0	
Pommes de terre	150 gr			Cous-cous	150 gr	Pâtes	150 gr	Boulgour	150 gr
Haricots verts	50 gr			Broccoli	50 gr	Carottes	50 gr	Chou blanc	50 gr
UN LAITAGE		UN LAITAGE		UN LAITAGE		UN LAITAGE		UN LAITAGE	
Yaourt				Yaourt ou Fromage	1 pc	Yaourt ou Fromage	1 pc	Yaourt ou Fromage	1 pc
Fromage	1 pc								
UN DESSERT		0		0		0		0	
Fruit ou Mousse de bananes	1/100gr			Fruit ou Smoothie	1/100gr	Fruit ou Salade de fruits	1/100gr	Fruit ou Pâtisserie	1 pc
Ananas	1/100gr					Bananes au chocolat	1/100gr	Panna Cota	1/100gr

Classes élémentaires

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

07/03/22-11/03/22

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	
Морковь	100 гр			Салат зеленый с оуگرцами и яйцами	1/100гр	Ассорти овощное	100 гр	Помидоры	100 гр
Салат "Колеслоу"	100 гр					Салат из капусты к/к	100 гр	Салат Табуле	100 гр
Салат "Англетер"	100 гр			Бульон куриный	1/250гр	Салат картофельный с грибами	100 гр	Салат зелёный с маслинами	100 гр
Суп "7 овощей"	1/250гр					Суп гороховый	1/250гр	Суп-пюре томатный	1/250гр
ГОРЯЧИЕ БЛЮДА		0		0		0		0	
Пельмени отварные	1/100гр			Ежики говяжьи	1/100гр	Паста "Карбонара"	1/100гр	Котлеты куриные	1/100гр
Филе хека	1/100гр					Вырезка свиная	1/90/60гр	Филе хека жареное	75/50гр
ГАРНИРЫ		0		0		ГАРНИРЫ		ГАРНИРЫ	
Картофель запеченый	150 гр			Кус-кус	150 гр	Лапша	150 гр	Булгур	150 гр
Фасоль зелёная	50 гр			Брокколи	50 гр	Морковь	50 гр	Капуста б/к	50 гр
МОЛОЧНОЕ		0		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ		МОЛОЧНОЕ	
Йогурт или сыр	1 шт			Йогурт или Сыр	1 шт	Йогурт или Сыр	1 шт	Йогурт или Сыр	1 шт
ДЕСЕРТЫ		0		0		0		0	
Фрукт сезонный или Мусс банановый	1/100гр			Фрукт сезонный Смузи	1/100гр	Фрукт сезонный Фруктовый салат	1/100гр	Выпечка	1/100гр
Ананас	1/100гр					Бананы в шоколаде	1/100гр	Панна Котта	1/150гр

07/03/22-11/03/22