



Меню на месяц
Комплекс «Эконом»
на выбор с салатом или супом

№	Основное блюдо	Гарнир	Салат или Суп на выбор	
1	Котлета "Домашняя", 100г	Макарончики фигурные с маслом, 150г	Салат из фасоли с курицей, 100г	Салат из фасоли с курицей, 100г
2	Филе куриное в пряных травах, 100г	Картофельное пюре, 150г	Салат из редьки с огурцом, 100г	Салат из редьки с огурцом, 100г
3	Печень куриная в сливочном соусе, 120г	Каша гречневая рассыпчатая, 150г	Салат картофельный с копченой колбасой, 100г	Салат картофельный с копченой колбасой, 100г
4	Плов со свининой, 250г		Салат из свежей капусты с морковью, 100г	Салат из свежей капусты с морковью, 100г
5	Котлета куриная, 100г	Макарончики фигурные с маслом, 150г	Салат «Крабовый» с рисом, 100г	Салат «Крабовый» с рисом, 100г
6	Рыба, запеченная с луком, 100г	Картофель отварной с зеленью, 150г	Салат из свеклы с черносливом, 100г	Салат из свеклы с черносливом, 100г
7	Крылья куриные, 100г	Рис припущенный, 150г	Салат из моркови с сельдереем и яблоками, 100г	Салат из моркови с сельдереем и яблоками, 100г
8	Люля из говядины, 100г	Картофельное пюре, 150г	Салат из маринованных огурцов, 100г	Салат из маринованных огурцов, 100г
9	Чахохбили из курицы, 120г	Каша гречневая рассыпчатая, 150г	Салат «Оливье» с вареной колбасой, 100г	Салат «Оливье» с вареной колбасой, 100г
10	Сосиски отварные, 100г	Макарончики фигурные с маслом, 150г	Винегрет овощной, 100г	Винегрет овощной, 100г
11	Котлета рыбная натуральная с сыром и луком, 100г	Картофельное пюре, 150г	Салат из моркови с майонезом и чесноком, 100г	Салат из моркови с майонезом и чесноком, 100г
12	Поджарка из свинины, 120г	Каша гречневая рассыпчатая, 150г	Салат из квашенной капусты с брусникой, 100г	Салат из квашенной капусты с брусникой, 100г
13	Биточки мясные с красным соусом, 100г	Картофель отварной с зеленью, 150г	Салат из свежей капусты с морковью и майонезом, 100г	Салат из свежей капусты с морковью и майонезом, 100г
14	Куриное бедро запеченное, 100г	Макарончики фигурные с маслом, 150г	Салат из свеклы с сельдью, 100г	Салат из свеклы с сельдью, 100г
15	Рыба в сливочном соусе, 120г	Рис припущенный, 150г	Салат «Столичный», 100г	Салат «Столичный», 100г
16	Поджарка из курицы, 120г	Каша гречневая рассыпчатая, 150г	Салат «Невский» с крабовыми палочками, 100г	Салат «Невский» с крабовыми палочками, 100г
17	Филе куриное «Кордон Блю», 100г	Картофель отварной с зеленью, 150г	Морковь по-корейски, 100г	Морковь по-корейски, 100г
18	Сосиски отварные, 100г	Макарончики фигурные с маслом, 150г	Салат картофельный с копченой колбасой, 100г	Салат картофельный с копченой колбасой, 100г
19	Рагу из картофеля со свининой, 250г		Салат из свежей капусты с брусникой, 100г	Салат из свежей капусты с брусникой, 100г
20	Котлета куриная подкопченая, 100г	Рис припущенный, 150г	Салат из свеклы с майонезом, 100г	Салат из свеклы с майонезом, 100г
21	Котлета рыбная натуральная под грибным жульеном, 100г	Картофельное пюре, 150г	Салат из маринованных огурцов, 100г	Салат из маринованных огурцов, 100г
22	«Макароны по-Флотски», 250г		Салат овощной с майонезом, 100г	Салат овощной с майонезом, 100г



23	Курица с овощами под соусом Терияки», 120г	Рис припущенный, 150г	Салат «Деревенский», 100г	Салат «Деревенский», 100г
24	Филе куриное в кунжутной корочке, 100г	Овощное рагу с кабачками, 150г	Салат из моркови с сельдереем и яблоками, 100г	Салат из моркови с сельдереем и яблоками, 100г
26	Печень куриная в сливочном соусе, 120г	Каша гречневая рассыпчатая, 150г	Салат «Крабовый» с сыром, 100г	Салат «Крабовый» с сыром, 100г
27	Рыба, запеченная с луком (Горбуша), 100г	Картофельное пюре, 150г	Салат из квашенной капусты, 100г	Салат из квашенной капусты, 100г
28	Куриная ножка запеченная, 100г	Макарончики фигурные с маслом, 150г	Винегрет овощной, 100г	Винегрет овощной, 100г
29	Свинина стейк, 100г	Рис припущенный, 150г	Огурчики «Домашние», 100г	Огурчики «Домашние», 100г
30	Филе куриное, запеченное с помидорами, 100г	Картофель запеченный, 150г	Салат «Калейдоскоп» с капустой, 100г	Салат «Калейдоскоп» с капустой, 100г

*С каждым комплектом: чай 2г, сахар 20г, хлеб 70г, одноразовые приборы