

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ЧОУРО «НЕРПЦ(МП)» Православная гимназия во имя святых
Кирилла и Мефодия г. Нижнего Новгорода»

И.А. Лапшина



МЕНЮ

7-11 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД с сыром 65	БУТЕРБРОД с пастой шоколадно-ореховой 55	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 55	БУТЕРБРОД горячий с сыром 60	БУТЕРБРОД с рыбными гастрономическими продуктами 65	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 55	БУТЕРБРОД с сыром плавленым Янтарь 65	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 55	БУТЕРБРОД горячий с сыром 60	БУТЕРБРОД с рыбными гастрономическими продуктами 65
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 150/15	КАША ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ВЯЗКАЯ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с сгущённым молоком 150/30	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) 150	КАША «ЯНТАРНАЯ» 150	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150
САКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 3 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ и шиповником 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1шт	Пюре фруктовое 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ в индивид. упаковке 110		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ в индивид. упаковке 110			ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ в индивид. упаковке 110	
Обед									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 25	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 70	САЛАТ ФРУКТОВЫЙ С СИРОПОМ 100
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ говяжьей сметаной 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	Суп картофельный кудрявый с курицей 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ курицей сметаной 200/25/5	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ) 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ 200
Гуляш 50/50	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ 90	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ 90	Отбивная из филе птицы 90	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 90	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	ТЕФТЕЛИ 100	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ 120	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ из грудки индейки 250	ОЛАДЬИ 160
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	СОУС ТОМАТНЫЙ 50	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ 50	Спагетти отварные 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	ДЖЕМ 50

СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 180	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	Напиток облепиховый 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	МАНДАРИН 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	БАТОН 50	МАНДАРИН 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	БАТОН 50	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	БАТОН 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	БАТОН 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
БАТОН 50	БАТОН 50	БАТОН 50	БАТОН 50			БАТОН 50			БАТОН 50

Полдник

БАНАН 100	МАНДАРИН 200	ЯБЛОКО 100	ЙОГУРТ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	БАНАН 150	Коктейль молочнo-фруктовый 200	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200	БАНАН 150	ГРУША 100
МОЛОКО ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ 200	Коктейль молочный 200	СОК грушевый 200	КОЛЬЦО ПЕСОЧНОЕ ОБОГАЩЕННОЕ ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫМИ КОМПЛЕКСАМИ 50	ПРЯНИКИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 50	ВАФЛИ шоколадные Обожайка 50	БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» 50	МОЛОКО ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200
	Вафли 50	Печенье фитнес 30		АПЕЛЬСИН 100					Печенье фитнес 30

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ЧОУРО «НЕРПЦ(МП)» Православная гимназия во имя святых
Кирилла и Мефодия г. Нижнего Новгорода»
И.А. Лапшина



МЕНЮ

12 лет и старше

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД с сыром 65	БУТЕРБРОД с пастой шоколадно-ореховой 55	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 55	БУТЕРБРОД горячий с сыром 60	БУТЕРБРОД с рыбными гастрономическими продуктами 65	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	БУТЕРБРОД с сыром плавленым Янтарь 65	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 55	БУТЕРБРОД горячий с сыром 60	БУТЕРБРОД с рыбными гастрономическими продуктами 65
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 200/20	КАША ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ВЯЗКАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с сгущённым молоком 180/30	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) 200	КАША «ЯНТАРНАЯ» 200	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200
КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 3 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ и шиповником 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 1 шт.	Пюре фруктовое 100	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ в индивид. упаковке 110		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ в индивид. упаковке 110			ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ в индивид. упаковке 110	
Обед									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 100	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 120	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ 120	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 120	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 100	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 100	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 120	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 100	САЛАТ ФРУКТОВЫЙ С СИРОПОМ 120
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ говядиной сметаной 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	Суп картофельный кудрявый с курицей 250	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ курицей сметаной	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ 200
Гуляш 50/50	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ 100	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ 100	Отбивная из филе птицы 100	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 110	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 220	ТЕФТЕЛИ 110	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ 120	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ из грудки индейки 250	ОЛАДЬИ 160

ПОРЕ АРТОФЕЛЬНОЕ 180	СОУС ТОМАТНЫЙ 20	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ 20	Спагетти отварные 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	РИС ОТВАРНОЙ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	ДЖЕМ 50
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	РИС ОТВАРНОЙ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 180	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	Напиток облепиховый 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	МАНДАРИН 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	БАТОН 50	МАНДАРИН 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	БАТОН 50	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	БАТОН 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	БАТОН 50		ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
БАТОН 50	БАТОН 50	БАТОН 50	БАТОН 50			БАТОН 50			БАТОН 50