1 ДЕНЬ

Меню

Пушкино

Завтрак

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, чеснок, лук ялтинский)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сыров с орехами и соусами (российский, моцарелла, гауда)
Ассорти из мясных деликатесов (колбаса сервелат, ветчина куриная, колбаса вареная)
Масло сливочное кубиками
Нарезка лимона

СУХИЕ ЗАВТРАКИ

Гранола, мюсли
Кукурузные хлопья, шарики, подушечки, колечки
Финики

САЛАТЫ

Салат из моркови с курагой, изюмом и яблоком
Салат из помидоров, огурцов со шпинатом

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко)

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками и зеленью
Каша геркулесовая на молоке
Суп сырный

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Сосиски паровые
Биточки куриные запечённые
Омлет натуральный
Запеканка творожная
Блинчики по-русски дрожжевые
Вареники с картофелем

ГАРНИРЫ

Капуста цветная запеянная
Фарфалле отварные

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Кофе (эспрессо, американо, капучино)
Молоко
Компот из сухофруктов
Морс в ассортименте

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб для тостов, хлеб пшеничный, ржаной, хлеб с отрубями, батон
Сдобная выпечка (ваниль, корица, джем, творог, мак, изюм)
Пироги с разными наполнителями
Слойка (шоколад, творог, джем, ягода, сгущёнка)

Обед

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, лист салата)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сезонных фруктов, 3 вида (яблоко, слива, клубника, виноград, персики, арбуз, дыня)
Ассорти рыбное (сельдь, скумбрия, ставрида)

САЛАТЫ

Салат «Мимоза»
Салат из свежей капусты с огурцом, помидором, перцем и зеленью
Салат «Цезарь» из курицы

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Щи со свежей капустой на мясном бульоне
Суп грибной
Бульон куриный с зеленью

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Сердечки куриные с овощами
Бефстроганов из говядины
Филе трески под маринадом
Рагу из свинины
Тефтели свино-говяжьи

ГАРНИРЫ

Картофель запечённый
Каша гречневая
Капуста цветная запечённая

НАПИТКИ

Узвар
Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Компот
Морс
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Шарлотка с наполнителями
Эклер, желе, бисквит
Печенье, пряники

Ужин

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти солений (огурец, помидор солёный, капуста провансаль)
Смалец
Лобио холодный
Нарезка лимона

САЛАТЫ

Салат «Оливье»
Салат из пекинской капусты, курицы с яйцом, жареным луком, сухариками и сыром

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками
Каша молочная пшенная
Окрошка

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Русское жаркое со свининой
Филе куриное по-французски
Пельмени мясные с маслом
Рыба жареная, минтай
Тапас, минибрускетты

ГАРНИРЫ

Перец запечённый
Пене с песто из петрушки
Рис с овощами

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Морс
Какао
Кефир, ряженка, йогурт питьевой
Компот
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Пироги с разными наполнителями

2 ДЕНЬ

Меню

Пушкино

Завтрак

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, лист салата)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сыров с орехами и соусами (российский, моцарелла, гауда)
Ассорти из мясных деликатесов (колбаса сервелат, ветчина куриная, колбаса вареная)
Масло сливочное кубиками
Нарезка лимона

СУХИЕ ЗАВТРАКИ

Гранола, мюсли
Кукурузные хлопья, шарики, подушечки, колечки
Финики

САЛАТЫ

Свекла тёртая с чесноком и сыром
Салат витаминный (пекинская капуста, морковь, лук, яблоко

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко)

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками и зеленью
Каша гречневая на молоке
Минестроне

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Сардельки паровые
Фрикадельки куриные
Блины по-датски с ветчиной и зеленью
Омлет с томатами и ветчиной
Запеканка творожная с изюмом
Яблоки запечённые

ГАРНИРЫ

Овощи запечённые со специями
Спагетти с сыром

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Кофе (эспрессо, американо, капучино)
Молоко
Компот из сухофруктов
Морс в ассортименте

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб для тостов, хлеб пшеничный, ржаной, хлеб с отрубями, батон
Сдобная выпечка (ваниль, корица, джем, творог, мак, изюм)
Пироги (мак, корица, повидло, джем, изюм)
Слойка (шоколад, творог, джем, ягода, сгущёнка)

Обед

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, чеснок, лук ялтинский)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сезонных фруктов, 3 вида (яблоко, груша, слива, клубника, виноград, персики, арбуз, дыня)
Ассорти рыбное (сельдь, скумбрия, ставрида)

САЛАТЫ

Итальянский салат с консервированной рыбой, сыром и кукурузой
Салат из капусты с огурцом свежим, зеленью и ветчиной
Салат «Греческий»

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон мясной с зеленью
Борщ с мясом (говядина)
Свекольник холодный

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Свинина в к/с соусе
Бифштекс рубленый с жареным луком
Куриная печень с грибами и овощами в сливочном соусе
Рыба жареная минтай с луком
Запеканка с курицей и овощами

ГАРНИРЫ

Картофель отварной с зеленью
Овощи запечённые
Фарфалле с маслом

НАПИТКИ

Узвар
Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Компот
Морс
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Шарлотка с наполнителями
Эклер, желе, бисквит
Печенье, пряники

Ужин

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти солений (огурец, помидор солёный, капуста по-грузински)
Сало с ялтинским луком
Нарезка лимона

САЛАТЫ

Салат из пекинской капусты с помидорами и огурцами
Салат из курицы с ананасом и отварным картофелем

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон с фрикадельками
Каша молочная гречневая
Суп-пюре овощной

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Долма
Сердечки тушёные с овощами
Скумбрия печёная с яично-лимонным соусом
Куриное филе в сливочном соусе
Мини-бургеры с курицей

ГАРНИРЫ

Каша пшённая с овощами
Овощи на пару
Рис отварной с маслом сливочным

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Морс
Кисель
Кефир, ряженка, йогурт питьевой
Компот
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Пирожное картошка
Пироги с разными наполнителями

3 ДЕНЬ

Меню

Пушкино

Завтрак

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, лист салата)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сыров с орехами и соусами (российский, моцарелла, гауда)
Ассорти из мясных деликатесов (колбаса сервелат, ветчина куриная, колбаса вареная)
Масло сливочное кубиками
Нарезка лимона

СУХИЕ ЗАВТРАКИ

Гранола, мюсли
Кукурузные хлопья, шарики, подушечки, колечки
Финики

САЛАТЫ

Морковь тёртая с изюмом
Салат из свежих овощей

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко)

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками и зеленью
Каша рисовая на молоке
Каша овсяная на воде

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Купаты домашние запеченные
Паста с ветчиной
Омлет натуральный с колбасой
Сырники с изюмом
Вареники с картошкой
Оладьи с яблоком

ГАРНИРЫ

Каша гречневая с маслом
Овощное рагу

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Кофе (эспрессо, американо, капучино)
Молоко
Компот из сухофруктов
Морс в ассортименте

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб для тостов, хлеб пшеничный, ржаной, хлеб с отрубями, батон
Сдобная выпечка (ваниль, корица, джем, творог, мак, изюм)
Пироги (мак, корица, повидло, джем, изюм)
Слойка (шоколад, творог, джем, ягода, сгущёнка)

Обед

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, чеснок, лист салата)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сезонных фруктов, 3 вида (яблоко, груша, слива, клубника, виноград, персики, арбуз, дыня)
Ассорти рыбное (сельдь, скумбрия, ставрида)

САЛАТЫ

Салат «Цезарь» из курицы
Салат из отварной свинины, картофеля, корейской моркови с яйцом, сыром, грецким орехом
Капуста краснокочанная с морковью

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Борщ зелёный на курином бульоне
Бульон куриный с сухариками
Окрошка

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Паста с морепродуктами (мидии, рапаны)
Треска филе по-французски с сыром
Плов из говядины
Крылья куриные запечённые
Оладьи печёночные

ГАРНИРЫ

Картофельное пюре
Овощное рагу
Булгур с овощами

НАПИТКИ

Узвар
Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Компот
Морс
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Шарлотка с наполнителями
Эклер, желе, бисквит
Печенье, пряники

Ужин

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти солений (огурец, помидор солёный, капуста квашеная)
Нарезка лимона

САЛАТЫ

Салат «Сельдь под шубой»
Салат из свежих овощей

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками
Каша молочная рисовая
Суп-пюре овощной

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Деруны с мясом
Цыплёнок, запечённый под апельсином
Пельмени куриные
Кальмары тушёные с овощами
Голубцы

ГАРНИРЫ

Паста с томатами
Рататуй
Каша гречневая постная

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Какао
Кефир, ряженка, йогурт питьевой
Компот
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Пончики с сахарной пудрой
Пироги с разными наполнителями

4 ДЕНЬ

Меню

Пушкино

Завтрак

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, чеснок, лук зелёный)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сыров с орехами и соусами (российский, моцарелла, гауда)
Ассорти из мясных деликатесов (колбаса сервелат, ветчина куриная, колбаса вареная)
Масло сливочное кубиками
Нарезка лимона

СУХИЕ ЗАВТРАКИ

Гранола, мюсли
Кукурузные хлопья, шарики, подушечки, колечки
Финики

САЛАТЫ

Салат из свежей капусты с огурцом, помидором, перцем, зеленью
Салат из свеклы с зелёным горошком

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко)

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками и зеленью
Каша тыквеннаяна молоке
Суп сырный

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Сосиски паровые говяжьи
Котлеты из курицы в панировке
Оладьи с яблоком
Омлет с кукурузой
Вареники с творогом
Яблоки запечённые / тыква

ГАРНИРЫ

Пене отварные с маслом
Овощи припущенные

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Кофе (эспрессо, американо, капучино)
Молоко
Компот из сухофруктов
Морс в ассортименте

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб для тостов, хлеб пшеничный, ржаной, хлеб с отрубями, батон
Сдобная выпечка (ваниль, корица, джем, творог, мак, изюм)
Пироги (мак, корица, повидло, джем, изюм)
Слойка (шоколад, творог, джем, ягода, сгущёнка)

Обед

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, чеснок, лист салата)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сезонных фруктов, 3 вида (яблоко, груша, слива, клубника, виноград, персики, арбуз, дыня)
Ассорти рыбное (сельдь, скумбрия, ставрида)
Смалец с чесноком

САЛАТЫ

Салат из свежих овощей со шпинатом (огурец, помидор, шпинат, зелень)
Салат из кальмаров, яйца, свежего огурца, кукурузы
Винегрет

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Суп харчо с мясом
Суп с фрикадельками
Бульон куриный с гренками

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Горбуша запечённая
Люля-кебаб свино-говяжий
Рагу овощное с курицей
Торт печёночный
Гуляш из свинины

ГАРНИРЫ

Картофель жареный
Кус-кус томлёный в оливковом масле
Брюссельская капуста запечённая

НАПИТКИ

Узвар
Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Компот
Морс
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Шарлотка с наполнителями
Эклер, желе, бисквит
Печенье, пряники

Ужин

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти солений (огурец, помидор солёный, капуста квашеная)
Сало маринованное со специями
Нарезка лимона

САЛАТЫ

Салат из помидоров, огурцов с листьями салата
Салат с ветчиной, грибами, горошком, картофелем и луком

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками
Каша молочная гречневая
Суп-пюре овощной с рисом

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Курица гриль
Поджарка из филе трески
Жюльен из мясного ассорти
Биточки куриные
Голубцы с мясом

ГАРНИРЫ

Паста карбонара
Перец запечённый
Каша гречневая с грибами, луком и морковью

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Какао
Кефир, ряженка, йогурт питьевой
Компот
Вода с лимоном и без лимона
Морс

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Кекс
Пироги с разными наполнителями

5 ДЕНЬ

Меню

Пушкино

Завтрак

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, чеснок, лук зелёный)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сыров с орехами и соусами (российский, моцарелла, гауда)
Ассорти из мясных деликатесов (колбаса сервелат, ветчина куриная, колбаса вареная)
Масло сливочное кубиками
Нарезка лимона

СУХИЕ ЗАВТРАКИ

Гранола, мюсли
Кукурузные хлопья, шарики, подушечки, колечки
Финики

САЛАТЫ

Салат из моркови с цукатами
Салат из свежей капусты с огурцом, укропом, зелёным луком

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко)

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками и зеленью
Каша гречневая молочная с маслом
Каша геркулесовая на воде

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Пельмени
Сардельки паровые
Омлет с ветчиной
Яблоко запечёное
Запеканка творожная с цукатами
Оладьи с изюмом

ГАРНИРЫ

Тыква, запечённая с черносливом
Спагетти отварные

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Кофе (эспрессо, американо, капучино)
Молоко
Компот из сухофруктов
Морс в ассортименте

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб для тостов, хлеб пшеничный, ржаной, хлеб с отрубями, батон
Сдобная выпечка (ваниль, корица, джем, творог, мак, изюм)
Пироги (мак, корица, повидло, джем, изюм)
Слойка (шоколад, творог, джем, ягода, сгущёнка)

Обед

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, чеснок, лист салата)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сезонных фруктов, 3 вида (яблоко, груша, слива, клубника, виноград, персики, арбуз, дыня)
Ассорти рыбное (сельдь, скумбрия, ставрида)

САЛАТЫ

Салат из пекинской капусты с огурцом, помидором и зелёным луком
Салат из фасоли с корейской морковью, жареным луком, отварной свинины
Салат из крабовых палочек с яйцом, огурцом, зелёным луком и кукурузой

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Суп гороховый
Рассольник
Окрошка

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Свинина в соусе из чернослива
Филе скумбрии с перцем и помидором
Сердечки куриные в сливочном соусе
Оджахури из говядины
Котлета куриная

ГАРНИРЫ

Спагетти с маслом
Картофель по-деревенски
Кабачки запечённые

НАПИТКИ

Слабоалкогольные напитки (пиво/сидр, лимонад, квас)
Узвар
Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Компот
Морс
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Шарлотка с наполнителями
Эклер, желе, бисквит
Печенье, пряники

Ужин

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти солений (капуста провансаль, огурцы солёные, помидоры солёные)
Смалец со специями
Нарезка лимона

САЛАТЫ

Салат из огурцов с яйцом и шпинатом
Салат из курицы с яйцом, жареным луком, сухариками и сыром

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с яйцом
Каша молочная пшенная
Суп сырный

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлета свино-говяжья
Курица в к/с соусе
Рыба жареная минтай в духовке
Паста с индейкой в сливочном соусе
Плов из говядины

ГАРНИРЫ

Зразы картофельные с грибами
Паста с курицей в сливочном соусе
Булгур

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Какао
Кефир, ряженка, йогурт питьевой
Компот
Вода с лимоном и без лимона
Морс

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Пончики с сахарной пудрой
Пироги с разными наполнителями

6 ДЕНЬ

Меню

Пушкино

Завтрак

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, лист салата)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сыров с орехами и соусами (российский, моцарелла, гауда)
Ассорти из мясных деликатесов (колбаса сервелат, ветчина куриная, колбаса вареная)
Масло сливочное кубиками
Нарезка лимона

СУХИЕ ЗАВТРАКИ

Гранола, мюсли
Кукурузные хлопья, шарики, подушечки, колечки
Финики

САЛАТЫ

Салат из пекинской капусты с помидором и огурцом
Салат из моркови с курагой и яблоками

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко)

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками и зеленью
Каша рисовая на молоке с яблоками и тыквой
Минестроне

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Колбаски домашние
Сосиски запечённые
Блины по-датски
Драники картофельные
Омлет с сыром и томатами
Запеканка творожная с изюмом

ГАРНИРЫ

Капуста цветная запечённая
Пене с песто из петрушки

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Кофе (эспрессо, американо, капучино)
Молоко
Компот из сухофруктов
Морс в ассортименте
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб для тостов, хлеб пшеничный, ржаной, хлеб с отрубями, батон
Сдобная выпечка (ваниль, корица, джем, творог, мак, изюм)
Пироги (мак, корица, повидло, джем, изюм)
Слойка (шоколад, творог, джем, ягода, сгущёнка)

Обед

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, лист салата, лук зелёный)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сезонных фруктов, 3 вида (яблоко, груша, слива, клубника, виноград, персики, арбуз, дыня)
Ассорти рыбное (сельдь, скумбрия, ставрида)

САЛАТЫ

Салат из пекинской капусты с яйцом и кукурузой
Салат из цветной капусты с морковью, брокколи, свинины и лука
Салат из кальмаров с огурцом, яйцом и кукурузой

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Солянка масная сборная
Свекольник холодный
Бульон куриный с яйцом

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлета по-домашнему
Перец фаршированный
Куриные шашлычки
Филе трески с сыром
Рагу со свининой

ГАРНИРЫ

Каша пшенная с овощами
Рис отварной со сливочным маслом
Овощи припущенные

НАПИТКИ

Узвар
Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Компот из свежих фруктов
Морс в ассортименте
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Шарлотка с наполнителями
Эклер, желе, бисквит
Печенье, пряники

Ужин

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, лист салата, чеснок)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти солений (огурец, помидор солёный, лук маринованный)
Сало солёное
Нарезка лимона

САЛАТЫ

Салат из редиса, огурцом и зелёным луком
Салат из стручковой фасоли с ветчиной, жареными грибами, луком, грецким орехом

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с зеленью
Каша молочная овсяная
Суп гречневый с грибами

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Мясо по-французски (свинина)
Картофель, запечённый с курицей, грибами в сливочно-горчичном соусе
Ленивые голубцы
Беляши с мясом
Рыба жареная минтай

ГАРНИРЫ

Капуста цветная запечённая
Фарфалле с мясом
Каша гречневая

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Какао
Кефир, ряженка, йогурт питьевой
Компот
Вода с лимоном и без лимона
Морс

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Пончики с сахарной пудрой
Пироги с разными наполнителями

1 ДЕНЬ

Меню

Пушкино

Завтрак

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, лук зелёный)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сыров с орехами и соусами (российский, моцарелла, гауда)
Ассорти из мясных деликатесов (колбаса сервелат, ветчина куриная, колбаса вареная)
Масло сливочное кубиками
Нарезка лимона

СУХИЕ ЗАВТРАКИ

Гранола, мюсли
Кукурузные хлопья, шарики, подушечки, колечки
Финики

САЛАТЫ

Салат из свеклы с сыром
Салат из капусты, яблок и морковки

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко)

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с гренками и зеленью
Каша пшённая на молоке
Каша гречневая постная

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Сардельки куриные
Биточки куриные запечённые
Сырники с изюмом
Омлет натуральный
Вареники с творогом
Панкейки с сиропом

ГАРНИРЫ

Фузилли со сливочным маслом
Тыква запечённая с луком, помидорами и морковкой

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Кофе (эспрессо, американо, капучино)
Молоко
Компот из сухофруктов
Морс в ассортименте
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб для тостов, хлеб пшеничный, ржаной, хлеб с отрубями, батон
Сдобная выпечка (ваниль, корица, джем, творог, мак, изюм)
Пироги (мак, корица, повидло, джем, изюм)
Слойка (шоколад, творог, джем, ягода, сгущёнка)

Обед

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из зелени (укроп, петрушка, лук зелёный, чеснок, лук ялтинский)
Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти из сезонных фруктов, 3 вида (яблоко, груша, слива, клубника, виноград, персики, арбуз, дыня)
Ассорти рыбное (сельдь, скумбрия, ставрида)

САЛАТЫ

Салат из фасоли с помидорами, луком и петрушкой
Салат из морепродуктов (рыба, кальмар, морковь, горошек, яйцо)
Салат «Столичный»

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Лагман
Бульон куриный
Окрошка

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Печень жареная по-татарски
Котлеты свино-говяжьи
Скумбрия печёная в яично-лимонном соусе
Картофель, запечённый со свининой в сметане
Чахохбили из куриной грудки

ГАРНИРЫ

Кус-кус
Гречка отварная с пассировкой
Овощи жареные

НАПИТКИ

Узвар
Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Компот из свежих фруктов
Морс
Вода с лимоном и без лимона

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Шарлотка с наполнителями
Эклер, желе, бисквит
Печенье, пряники

Ужин

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Ассорти из свежих овощей (помидор, огурец, перец болгарский)
Ассорти солений (огурец, капуста провансаль, капуста по-грузински)
Смалец со специями
Нарезка лимона

САЛАТЫ

Салат из б/к капусты с огурцом и помидором
Салат из курицы с ананасом и сыром, отварным картофелем

СОУСЫ

Масло растительное (оливковое, подсолнечное), сметана, майонез, кетчуп, горчица, аджика, хрен, уксус
Сладкие топпинги (варенье, джем, мёд, сгущёное молоко

СПЕЦИИ, ПРИПРАВЫ

Перец чёрный, перец красный, соль, прованские травы, куркума, орегано, паприка

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульон куриный с лапшой и яйцом
Каша молочная пшеничная
Суп-пюре овощной с рисом

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Сердце куриное с овощами
Бифштекс свино-говяжий
Плов из говядины
Филе скумбрии с перцем и помидорами
Драники картофельные с фаршем свино-говяжим

ГАРНИРЫ

Булгур с овощами
Овощи запечённые
Фузилли со сливочным маслом

НАПИТКИ

Чай (чёрный, зелёный, травяной)
Кисель
Кефир, ряженка, йогурт питьевой
Компот
Вода с лимоном и без лимона
Морс

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И ДЕСЕРТЫ

Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, хлеб с отрубями
Булочки (сдобные дрожжевые, с фруктовой начинкой, пирожки с картофелем, капустой, рисом и яйцом, пирожки с повидлом, рулет с маком)
Кекс
Пироги с разными наполнителями