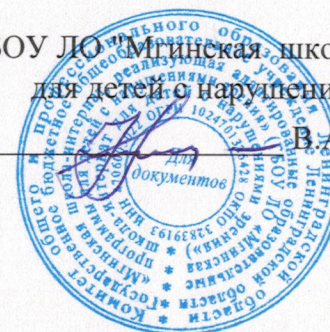


УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГБОУ ДО «Митинская школа-интернат
для детей с нарушениями зрения»

В.А. Климакин



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
на 14 дней на 2020-2021 учебный год
на осенне-зимний период
2-я НЕДЕЛЯ
6-ти разовое питание для обучающихся 7-11 лет

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ЗАВТРАК	2-й завтрак	ОБЕД	Полдник	УЖИН	2-й ужин
ПОНЕДЕЛЬНИК	Каша манная молочная 200 Чай с молоком 200 Батон нарезной 40 Масло сливочное 10 Яйцо варёное 1 шт.	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 40 Фрукты свежие 140	Борщ с фасолью и картофелем 200 Рыба тушённая в томате с овощами 90 Картофельное пюре 180 Салат из квашеной капусты с яблоками 80 Хлеб (ржано-пшеничный) 40 Компот из свежих фруктов (яблок) 200	Молоко 180 Кондитерские изделия 20 (печенье)	Тефтели из говядины паровые 90 Капуста тушёная 180 Батон нарезной 40 Хлеб (ржано-пшеничный) 40 Масло сливочное 10 Напиток из плодов шиповника 200	Кефир 170 Батон нарезной 20
ВТОРНИК	Каша пшённая молочная жидкая 200 Кофейный напиток с молоком 200 Батон нарезной 40 Масло сливочное 10 Сыр (порциями) 22	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 40 Фрукты свежие 140	Суп картофельный с горохом 200 Голубцы ленивые со сметаной 200 Помидоры свежие 60 Хлеб (ржано-пшеничный) 40 Компот из апельсинов (мандаринов) с яблоками 200	Чай с лимоном 200 Шанежка с яблоком 50	Печень, тушёная в сметанном соусе 100 Картофельное пюре с морковью 180 Салат из свеклы с солёными огурцами 80 Батон нарезной 40 Хлеб (ржано-пшеничный) 40 Масло сливочное 10 Напиток клюквенный 200	Ряженка 170 Батон нарезной 20
СРЕДА	Запеканка из творога со сгущённым молоком 150/20 Какао с молоком 200 Батон нарезной 40 Масло сливочное 10 Яйцо варёное 1 шт.	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 40 Фрукты свежие 140	Рассольник рыбный со сметаной 200 Птица тушённая в томатном соусе 90 Пудинг овощной 180 Огурец свежий 60 Хлеб (ржано-пшеничный) 40 Компот из плодов кураги и изюма 200	Молоко 180 Кондитерские изделия 20 (вафли)	Азу 250 Салат из капусты б/к 80 Батон нарезной 40 Хлеб (ржано-пшеничный) 40 Масло сливочное 10 Чай с лимоном 200	Йогурт 170 Батон нарезной 20

ЧЕТВЕРГ	Омлет с зеленым горошком 200	Сок плодово-ягодный 200	Щи из квашеной капусты со сметаной 200	Молоко 180	Кнели рыбные припущенные 90	Кефир 170
	Чай с молоком 200	Батон нарезной 40	Котлета мясная 90	Пирожок с капустой 80	Картофель запечённый по-деревенски 180	Батон нарезной 20
	Батон нарезной 40	Фрукты свежие 140	Рис отварной 180		Салат витаминный 80	
	Масло сливочное 10		Салат из свежих помидоров и огурцов 80		Батон нарезной 40	
ПЯТНИЦА	Колбаса варёная 40		Хлеб (ржано-пшеничный) 40		Хлеб (ржано-пшеничный) 40	
			Компот из чернослива и изюма 200		Масло сливочное 10	
					Напиток из плодов шиповника 200	
СУББОТА	Пудинг из творога с рисом со ступённым молоком 150/15	Сок плодово-ягодный 200	Борщ с картофелем и свежей капустой 200	Молоко 180	Биточки рубленые из птицы паровые 90	Ряженка 170
	Кофейный напиток с молоком 200	Батон нарезной 40	Котлета рыбная "Любительская" 90	Кондитерские изделия (печенье)	Запеканка капустная 180	Батон нарезной 20
	Батон нарезной 40	Фрукты свежие 140	Картофель тушёный 180		Салат из свёклы с чесноком 80	
	Масло сливочное 10		Салат из квашеной капусты с яблоками 80		Батон нарезной 40	
	Сыр (порциями) 22		Хлеб (ржано-пшеничный) 40		Хлеб (ржано-пшеничный) 40	
			Компот из ягод (вишня) 200		Масло сливочное 10	
					Напиток клюквенный 200	
ВОСКРЕСЕНЬЕ	Вареники ленивые с соусом сметанным 180/50	Сок плодово-ягодный 200	Суп куриный с макаронными изделиями 200	Молоко 180	Рыба (филе) отварная 90	Йогурт 170
	Какао с молоком 200	Батон нарезной 40	Оладьи из печени по-кушчевски 100	Кондитерские изделия (вафли)	Овощи в молочном соусе 180	Батон нарезной 20
	Батон нарезной 40	Фрукты свежие 140	Рис, припущенный с томатом 180		солёный 60	
	Масло сливочное 10		Салат из свёклы с чесноком 80		Батон нарезной 40	
	Яйцо варёное 1 шт.		Хлеб (ржано-пшеничный) 40		Хлеб (ржано-пшеничный) 40	
			Компот из смеси сухофруктов 200		Масло сливочное 10	
					Чай с лимоном 200	
	Каша кукурузная	Сок плодово-ягодный 200	Суп сборный со сметаной 200	Чай с лимоном 200	Птица тушёная в сметанном соусе 90	Кефир 170
	Молочная жидкая 200	Батон нарезной 40	Фрикадельки рыбные 90	Груша, фаршированная изюмом 100	Макаронные изделия	Батон нарезной 20
	Чай с молоком 200	Фрукты свежие 140	Картофельное пюре 180		отварные 150	
	Батон нарезной 40		Салат из капусты б/к 80		Салат из моркови и яблок	
	Масло сливочное 10		Хлеб (ржано-пшеничный) 40		(либо свежие помидоры) 80/60	
	Сыр (порциями) 22		Компот из плодов кураги и изюма 200		Батон нарезной 40	
					Хлеб (ржано-пшеничный) 40	
					Масло сливочное 10	
					Напиток из плодов шиповника 200	