

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
на 14 дней на 2022-2023 учебный год
на осенне-зимний период
2-я НЕДЕЛЯ
Воспитанники 12 лет и старше

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ЗАВТРАК	2-й завтрак	ОБЕД	Полдник	УЖИН	2-й ужин
ПОНЕДЕЛЬНИК	Каша манная молочная 200 Чай с молоком 200 Батон нарезной 60 Масло сливочное 15 Колбаса варёная 55	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 50 Фрукты свежие 200	Борщ с фасолью и картофелем 300 Рыба тушённая в томате с овощами 120 Картофельное пюре 250 Салат из квашеной капусты с яблоками 100 Хлеб (ржано-пшеничный) 100 Компот из свежих фруктов (яблок) 200	Молоко 200 Кондитерские изделия 100	Тефтели из говядины паровые 100 Капуста тушеная 200 Батон нарезной 50 Хлеб (ржано-пшеничный) 50 Масло сливочное 15 Напиток из плодов шиповника 200	Кефир 180 Батон нарезной 80
ВТОРНИК	Макаронны, запечённые с яйцом 250/5 Кофейный напиток с молоком 200 Батон нарезной 60 Масло сливочное 15 Сыр (порциями) 30	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 50 Фрукты свежие 200	Суп картофельный с горохом 250 Голубцы ленивые со сметаной 300 Помидоры свежие 100 Хлеб (ржано-пшеничный) 100 Компот из апельсинов (мандаринов) с яблоками 200	Чай с лимоном 200 Шанежка с яблоком 100	Печень, тушёная в сметанном соусе 100 Картофельное пюре с морковью 250 Салат из свеклы с солеными огурцами 100 Батон нарезной 50 Хлеб (ржано-пшеничный) 50 Масло сливочное 15 Напиток клюквенный 200	Ряженка 180 Батон нарезной 80
СРЕДА	Запеканка из творога со сгущённым молоком 180/20 Какао-напиток на молоке 200 Батон нарезной 60 Масло сливочное 15 Яйцо варёное 1 шт.	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 50 Фрукты свежие 200	Рассольник рыбный со сметаной 300 Птица тушённая в томатном соусе 100 Пудинг овощной 200 Огурец свежий (соленый) 100 Хлеб (ржано-пшеничный) 100 Компот из плодов кураги и изюма 200	Молоко 200 Кондитерские изделия 100	Азу 300 Салат из капусты б/к 100 Батон нарезной 50 Хлеб (ржано-пшеничный) 50 Масло сливочное 15 Чай с лимоном 200	Йогурт 180 Батон нарезной 80

ЧЕТВЕРГ	Омлет с зеленым горошком 200 Чай с молоком 200 Батон нарезной 60 Масло сливочное 15 Сосиски отварные 55	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 50 Фрукты свежие 200	Щи из квашеной капусты со сметаной 300 Котлета мясная 100 Макаронные изделия отварные 200 Салат из свежих помидоров и огурцов 100 Хлеб (ржано-пшеничный) 100 Компот из чернослива и изюма 200	Молоко 200 Пирожок с капустой 100	Кнели рыбные припущенные 100 Картофель запечённый по-деревенски 250 Салат витаминный 100 Батон нарезной 50 Хлеб (ржано-пшеничный) 50 Масло сливочное 15 Напиток из плодов шиповника 200	Кефир 180 Батон нарезной 80
	Пудинг из творога с рисом и ступённым молоком 180/20 Кофейный напиток с молоком 200 Батон нарезной 60 Масло сливочное 15 Сыр (порциями) 30	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 50 Фрукты свежие 200	Борщи с картофелем и свежей капустой 300 Котлета рыбная "Любительская" 100 Картофель тушёный 250 Салат из квашеной капусты с яблоками 100 Хлеб (ржано-пшеничный) 100 Компот из ягод (вишня) 200	Молоко 200 Сосиска, запеченная в тесте 100	Биточки рубленые из птницы паровые 100 Запеканка капустная 200 Салат из свеклы с чесноком 100 Батон нарезной 50 Хлеб (ржано-пшеничный) 50 Масло сливочное 15 Напиток клюквенный 200	Ряженка 180 Батон нарезной 80
ПЯТНИЦА	Вареники ленивые 200 Соус сметанный 50 Какао-напиток на молоке 200 Батон нарезной 60 Масло сливочное 15 Колбаса варёная 55	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 50 Фрукты свежие 200	Суп куриный с макаронными изделиями 300 Оладьи из печени по-купецки 100 Рис, припущенный с томатом 180 Салат из свеклы с чесноком 100 Хлеб (ржано-пшеничный) 100 Компот из смеси сухофруктов 200	Молоко 200 Оладьи с яблоком и ступённым молоком 160/20	Рыба (филе) отварная 100 Овощи в молочном соусе 200 Батон нарезной 50 Хлеб (ржано-пшеничный) 50 Масло сливочное 15 Чай с лимоном 200	Йогурт 180 Батон нарезной 80
	Каша кукурузная молочная 200 Чай с молоком 200 Батон нарезной 60 Масло сливочное 15 Сыр (порциями) 30	Сок плодово-ягодный 200 Батон нарезной 50 Фрукты свежие 200 Шоколад молочный 25	Суп сборный со сметаной 300 Фрикадельки рыбные 100 Картофельное пюре 250 Салат из капусты б/к 100 Хлеб (ржано-пшеничный) 100 Компот из плодов кураги и изюма 200	Чай с лимоном 200 Груша, фаршированная изюмом 100	Птица тушёная в сметанном соусе 100 Макаронные изделия отварные 200 Салат из моркови и яблок (либо свежие помидоры) 100 Батон нарезной 50 Хлеб (ржано-пшеничный) 50 Масло сливочное 15 Напиток из плодов шиповника 200	Кефир 180 Батон нарезной 80
ВОСКРЕСЕНЬЕ						