

Согласовано:

ТО Управление

Роспотребнадзора

Самарской области г.Отрадный

Исупова Е.П. _____

от «26» 08 2020г.



Утверждаю:

ГБОУ школы - интерната

г.о. Отрадный

Е.А.Андреев

от «26» 08 2020г.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

на 2020 – 2021 учебный год

11-17 лет

МЕНЮ

11-18 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
Завтрак													
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 300	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 250	ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ 125	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 250	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 250	КУЛЕШ РИСОВЫЙ 300	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТАМИ И СМЕТ СОУСОМ 150	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ 250	КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ 250	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180	КАША "ДРУЖБА" 250	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ 250	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 250	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТАМИ И СМЕТ СОУСОМ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БАТОН 70	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БАТОН 70
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАИ С САХАРОМ 200/10	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАИ С САХАРОМ 200/10
II Завтрак													
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 70/10/26	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/26	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 70/10/26	СОСИСКА В ТЕСТЕ 150	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 70/10/15	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 70/10/15	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 70/10/26	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/26	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ) 40	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ПЕЧЕНЬЕ 40	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 70/10/15	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 70/10/15
КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ 30	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/26	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125
ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЙОГУРТ 125	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ВАРЕНЕЦ 2.5% ЖИР 200	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6
ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6			ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6				ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6			
Обед													
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ый ВАРИАНТ) 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 100	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ый ВАРИАНТ) 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 100	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 100	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ 100
СУП С РИСОВОЙ КРУПКОЙ 300/10	СУП ГОРОХОВЫЙ 300	УХА ИЗ СВЕЖЕЙ РЫБЫ 300	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫ И) 300/10	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 300/10	СУП ФАСОЛЕВЫЙ 300/10	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 300/10	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ 300/10	СОЛЯНКА "ДОМАШНЯЯ" 300/10	СУП "ХАРЧО" 300/10	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 300/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ 300/10	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 300
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 250	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	АЗУ С ПТИЦЕЙ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 160	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ 300	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	ПЛОВ "МОСКОВСКИЙ" ИЗ ГОВЯДИНЫ 260	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 180	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 290	СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 300/10	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНЕ 125	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 110	КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ" 160	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 125	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	АЗУ 330	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 125
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 110
ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 70
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	БАНАН 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ГРУША 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	БАНАН 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200
ГРУША 200		БАНАН 200	ГРУША 200	ЯБЛОКО 200		ГРУША 200		БАНАН 200		ЯБЛОКО 200		ГРУША 200	ЯБЛОКО 200
Полдник													
СЫРЯКИ ИЗ ТВОРОГА - ДЖЕМОМ 120/10	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ 100	КАРТОШКИ ПЕЧЕННЫЕ (ОТВАРНЫЕ) СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 150/10	ПЕЧЕНЬЕ 40	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 150	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 100	ОЛАДЫИ СО СЛИЗ МОЛОКОМ 120/15	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 200	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 100	ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ 150	ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ 100	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 150	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 150	БЛИНЫ С ДЖЕМОМ 120/15
ВАРЕНЕЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЕЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЕЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЕЦ 2.5% ЖИР 200	ЧАИ С САХАРОМ 200/10	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЕЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЕЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200
Ужин													
ПОМИДОР СВЕЖИЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ПУКОВЫЙ С ГОРГОЩОМ 110	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ый ВАРИАНТ) 100	САЛАТ ИЗ РЕДКИС С ОВУЩАМИ 80	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 85	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 80	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 100	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 80	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 85	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	РИС ОТВАРНОЙ 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ПОМТИКАМИ 200
ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ 125	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГО АНГЛИЙСКИ 100	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 125	ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ 125	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ 150/50	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 125	КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ" 125	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 125	ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА ПОД МАРИНАДОМ 150/50	ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ЧАИ С САХАРОМ 200/10	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
КИСЕЛЬ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	КИСЕЛЬ 200	ЧАИ С САХАРОМ 200/10	ЧАИ С САХАРОМ 200/10	КИСЕЛЬ 200	КИСЕЛЬ 200	КИСЕЛЬ 200	ЧАИ С САХАРОМ 200/10	КИСЕЛЬ 200	ЧАИ С САХАРОМ 200/10	ЧАИ С САХАРОМ 200/10	КИСЕЛЬ 200	КИСЕЛЬ 200
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	БАНАН 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200
ЯБЛОКО 200	ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ 100	ГРУША 200	ЯБЛОКО 200	БАНАН 200	ГРУША 200	ЯБЛОКО 200	БАНАН 200	ГРУША 200	ЯБЛОКО 200	ГРУША 200	БАНАН 200	ГРУША 200	ЯБЛОКО 200
ПЕЧЕНЬЕ 40		ПЕЧЕНЬЕ 40	ПЕЧЕНЬЕ 40	ПЕЧЕНЬЕ 40	ОЛАДЫИ СО СЛИЗ МОЛОКОМ 120/30	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 100	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ 100	ПЕЧЕНЬЕ 40	ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ 100	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ 100	ПЕЧЕНЬЕ 40	БЛИНЫ С ДЖЕМОМ 120/20	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 100