

Согласовано:

ТО Управление

Роспотребнадзора

Самарской области г.Отрадный

Исупова Е.П.



от «16» 08 2020г.

Утверждаю:

ГБОУ школы - интерната



Е.А.Андреев

2020г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

на 2020 – 2021 учебный год

7-10 лет

МЕНЮ

7-10 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 250	КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ 200	ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ 125	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КУЛЕШ РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ 250	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТАМИ И СМЕТ СОУСОМ 150	КАША МАННАЯ ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ 200	КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180	КАША "ДРУЖБА" 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКА МОЛОЧНАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТАМИ И СМЕТ СОУСОМ 150	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БАТОН 70	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	БАТОН 70	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	
II Завтрак														
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 70/10/22	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 70/10/22	СОСИСКА В ТЕСТЕ 100	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 70/10/15	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 70/10/15	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 70/10/22	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ) 30	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	ПЕЧЕНЬЕ 40	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 70/10/15	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 70/10/15	
КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/22	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 70/10	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/22	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/22	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/22	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	
ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЙОГУРТ 125	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ВАРЕНЦ 2.5% ЖИР 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6			ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6			ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/15/6					
Обед														
СЫР С ЧЕСНОКИЙ СЫРНОЙ КРУПОЙ 250/8	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С ЧЕСНОКОМ	САЛАТ С ЧЕСНОКИЙ СЫРНОЙ ОВОЩЕЙ (ЗИМНИЙ) 80	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 70	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 120	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 80	МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ) 80	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 80	САЛАТ ИЗ ЛУКА С КУКУРУЗОЙ 80	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) 80	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (ЗИМНИЙ) 80	САЛАТ ФАСОЛЕВЫЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 70	МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ) 80	
СУП С РЫБНЫЙ КРУПОЙ 250/8	СУП ГОРОХОВЫЙ 250	УХА ИЗ СЫБЫКИ И РЫБЫ 250	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОНАЧКОВАННЫЙ) 250/8	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 250/8	СУП ФАСОЛЕВЫЙ 250/8	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250/8	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 250/8	СОЛЯНКА "ДОМАШНЯЯ" 250/8	СУП "ХАРЧО" 250/8	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 250/8	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ 250/8	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250	
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ЖАРКОЕ ПОДОМАШНЕМУ 250	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	АЗУ С ПТИЦЕЙ 300	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РЯГА ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ 300	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	ПЛОВ "МОСКОВСКИЙ" ИЗ ГОВЯДИНЫ 260	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 180	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЫЕ ПСКВЫЕ 290	СУП РЫБНЫЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 250/8	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНЕ 100	КОЛЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СУСОМ 110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ОПАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	АЗУ 330	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 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	ЯБЛОКО 200	
ГРУША 200		БАНАН 200		ГРУША 200		ГРУША 200		БАНАН 200		ГРУША 200		ГРУША 200		ЯБЛОКО 200
Полдник														
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 120/10	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ 100	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТУСЧЕННЫЕ СО СУСАЧНЫМ МОЛОКОМ) 150/10	ПЕЧЕНЬЕ 40	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 150	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100	ОПАДЬИ СО СГУЩ МОЛОКОМ 120/15	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 150	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 100	ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ 100	ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ 100	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 150	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100	БЛИНЫ С ДЖЕМОМ 120/10	
ВАРЕНЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЦ 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	ВАРЕНЦ 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	СНЕЖОК 2.5% ЖИР 200	
Ужин														
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ТОРОЖКОМ 75	СПИКИНА ДОПЫКАМИ	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ТОРОЖКОМ 70	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) 80	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С ОВОЩАМИ 80	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 80	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 60	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С ОВОЩАМИ 80	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ 75	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 80	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ 75	
ПОСЛАНИКИ ПОДОМАШНЕМУ 250	ПОСЛАНИКИ ПОДОМАШНЕМУ 250	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	РИС ОТВАРНОЙ 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ПОМТИКАМИ 200	ПОСЛАНИКИ ПОДОМАШНЕМУ 250	
РИАНА ЗАПЕЧЕННАЯ С БУЛОКОМ 120	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	РИАНА ЗАПЕЧЕННАЯ С БУЛОКОМ 100	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	ОПАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ 120	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ 120/30	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	КОЛЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ПОБЕДИТЕЛЬСКАЯ" 120	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА ПОД МАРИНАДОМ 120/30	ОПАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	РИАНА ЗАПЕЧЕННАЯ С БУЛОКОМ 120	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	
КИСЕЛЬ 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	КИСЕЛЬ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	КИСЕЛЬ 200	КИСЕЛЬ 200	КИСЕЛЬ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	КИСЕЛЬ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	ЧАЙ 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	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100	ПИРОЖКА СЛАДКАЯ 100	ПЕЧЕНЬЕ 40	ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ 100	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ 100	ПЕЧЕНЬЕ 40	БЛИНЫ С ДЖЕМОМ 120/20	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100	