

Согласовано:

ТО Управление

Роспотребнадзора

Самарской области г.Отрадный

Исупова Е.П. _____

от «16» 08 2020г.



Утверждаю:

ГБОУ школы - интерната

г.о. Отрадный

Е.А.Андреев

от «16» _____ 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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ 125	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КУЛЕШ РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ 250	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТАМИ И СМЕТ СОУСОМ 150	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180	КАША "ДРУЖБА" 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ФРУКТАМИ И СМЕТ СОУСОМ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БАТОН 70	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД 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 70/10/22	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	БУТЕРБРОД 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	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	ЙОГУРТ 125	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/22	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 70/10	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 70/10/22	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	ЧАИ С ЛИМОНОМ 200/15/6	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 ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 70	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 70	САЛАТ С ПТИЦЕЙ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ И ЗАПЕЧЕННАЯ 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 КУКУРУЗЫ 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 ПТИЦЕЙ И КУКУРУЗЫ 250/8	СУП ГОРОХОВЫЙ 250	УХА ИЗ СВЕЖЕЙ РЫБЫ 250	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОДИКОВАННЫМИ) 250/8	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 250/8	СУП ФАСОЛЕВЫЙ 250/8	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250/8	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПЫ 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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ЖАЛТКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 250	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	АЗУ С ПТИЦЕЙ 300	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	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 250/8	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНЕ 100	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ОЛАДЫ 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 ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 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	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200	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	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 200
ГРУША 200		БАНАН 200	ГРУША 200			ГРУША 200	БАНАН 200	ЯБЛОКО 200	ГРУША 200	ЯБЛОКО 200		ГРУША 200	ЯБЛОКО 200
Полдник													
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ 120/10	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ 100	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 150/10	ПЕЧЕНЬЕ 40	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 150	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100	ОЛАДЫ СО СГУЩ МОЛОКОМ 120/15	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 150	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 100	ВАТУШКИ С ТВОРОГОМ 100	ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ 100	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ 150	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100	БЛИНЫ С ДЖЕМОМ 120/10
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													
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ГОРЮЧКОМ 75	СВЕКЛА ДОЛКАМИ 100	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ГОРЮЧКОМ 70	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) 80	САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С ОВОЩАМИ 80	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 80	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 60	САЛАТ ИЗ ЛУКА С КУКУРУЗЫ 90	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
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ 250	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ПОМТИКАМИ 200
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ 120	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ПЕЧЕНЬЕ ПО СЛОЖАНОСТИ 100	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ 120	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ 120/30	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	КОТЛЕТКА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ" 120	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ 100	ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА ПОД МАРИНАДОМ 120/30	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ 110	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 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	ЧАИ 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	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	ПЛОШКА 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	ОЛАДЫ СО СГУЩ МОЛОКОМ 120/30	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ 100	ПЕЧЕНЬЕ 40	ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ 100	БУЛОЧКА СЛАДКАЯ 100	ПЕЧЕНЬЕ 40	БЛИНЫ С ДЖЕМОМ 120/20	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ 100