Разработано по заказу Министерства образования и науки Кемеровской области-Кузбасса

ПРИМЕРНОЕ 20 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-9 КЛАССОВ

Март-май

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	**Выход, гр.**	**ПОНЕДЕЛЬНИК**	**Выход, гр.**
Каша овсяная молочная с ягодным соусом и маслом	250/25/8	Каша рисовая молочная с персиками и маслом	250/8
Горячий сэндвич с сыром (бутербродная булочка/хлеб пшеничный/батон пшеничный, сыр)	75	Кондитерское изделие в индивидуальной упаковке (печенье/пряник/зефир)	1шт.
Хлеб ржаной	30	Фрукты в ассортименте (груша)	150
Чай травяной/Чай с шиповником	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Чай с лимоном и мятой	200
ВТОРНИК		**ВТОРНИК**	
Мясо тушеное в сметане	110	Икра кабачковая	100
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	Биточек из птицы «Нежный»/Курица запеченная	100
Сыр порциями	20	Макароны отварные с маслом	180
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Какао с молоком	200	Чай с сахаром	200
СРЕДА		**СРЕДА**	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/50	Люля – кебаб с томатным соусом и зеленью/ Гуляш из говядины «Смоляной бочок»	100/(75/75)
Фрукты в ассортименте (груша)	150	Капуста тушеная	180
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17,5
Чай с сахаром и лимоном	200/7	Хлеб пшеничный/ржаной	30/30
		Компот фруктово-ягодный (черная смородина)	200
ЧЕТВЕРГ		**ЧЕТВЕРГ**	
Омлет натуральный	200	Салат из свежих огурцов/Огурцы порционные	100
Масло сливочное порциями	15	Плов из булгура с курицей	280
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Чай с сахаром и лимоном	200/7
Кофейный напиток с молоком	200		
ПЯТНИЦА		**ПЯТНИЦА**	
Помидоры порционные	100	Маринад из моркови «Чудесный»	100
Котлета мясная «Деликатесная» / Гуляш из говядины «Смоляной бочок»	100/(75/75)	Рыба запеченная с сыром	100
Картофель запеченный с сыром «Парабола»	180	Картофель отварной с маслом и зеленью	180
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/30
Компот из кураги	200	Компот фруктово-ягодный (вишня)	200

III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	**Выход, гр.**	**ПОНЕДЕЛЬНИК**	**Выход,**
Каша рисовая молочная с маслом «Мальвина»	250	Каша пшенная молочная с маслом	250
Кондитерское изделие в индивидуальной упаковке (печенье/пряник/зефир)	1шт.	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150
Сыр порциями	20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Какао с молоком	200
Кофейный напиток с молоком	200		
ВТОРНИК		**ВТОРНИК**	
Фрикадельки мясные / Гуляш «Смоляной бочок»	100/(75/75)	Курица запеченная	100
Картофель отварной с маслом и зеленью	180	Каша гречневая рассыпчатая со сметанным соусом	180
Фрукты в ассортименте (груша)	150	Сыр порциями	20
Хлеб пшеничный/ржаной	20/30	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Компот фруктово-ягодный (клубника)	200	Чай с шиповником	200
СРЕДА		**СРЕДА**	
Омлет с сыром	200	Капуста квашеная	100
Оладьи с маслом	95/5	Зразы рыбные ленивые / Рыба запеченная под сырно-овощной шапкой	100
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Картофель запеченный в сметанном соусе «Классики/Картофельное пюре	180/(180)
Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот фруктово-ягодный (яблоко - клюква)	200
ЧЕТВЕРГ		**ЧЕТВЕРГ**	
Икра свекольная	100	Запеканка из творога с соусом шоколадным	200
Филе птицы тушеное в томатном соусе	110	Фрукты в ассортименте (груша)	150
Каша перловая рассыпчатая с маслом	180	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Хлеб пшеничный/ржаной	20/2	Кофейный напиток с молоком	200
Компот фруктово - ягодный (малина)	200		
ПЯТНИЦА		**ПЯТНИЦА**	
Мясо тушеное с картофелем	280	Гуляш из говядины «Смоляной бочок»	75/75
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Макароны отварные с маслом	180
Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17,5
Горячий шоколад	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот из сухофруктов	200