

"Утверждаю"

Директор БГУ "Областная специализированная
школа-лицей" УО ВКО



Савинова Л.Н.

2019 года

Двухнедельное перспективное меню на организацию питания учащихся
КГУ "Областная специализированная IT-школа-лицей" УО ВКО

1 день			
№	Меню	Выпуск , грамм	
пп		6-11 лет	11-18 лет
	Завтрак		
1	Каша молочная манная со сливочным маслом	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Масло	10	10
4	Сыр	10	10
5	Чай с сахаром	200	200
	Обед		
	Салат из моркови заправленный растительным маслом	60	100
1	Щи из свежей капусты на костном бульоне	200	250
2	Тефтели куриные с соусом	80/20	100/20
3	Макароны отварные	130	180
4	Компот из с/ф	200	200
5	Хлеб	60	60
	Полдник		
1	Булочка с сахаром	50	50
2	Чай с сахаром	200	200

2 день			
	Меню	Выпуск , грамм	
№ пп	Завтрак	6-11 лет	11-18 лет
1	Каша молочная рисовая со сливочным маслом	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Булочка школьная	60	60
4	Какао с молоком, сахаром	200	200
	Обед		
1	Салат "Витаминный"	60	100
2	Суп гороховый	200	250
3	Котлеты(кур.)с соусом	80/20	100/20
4	Капуста тушенная	130	180
5	Кисель	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
	Полдник		
1	Сосиска (куриная) в тесте печеная	60	60
2	Сок натуральный	200	200

3 день			
№ пп	Меню	Выпуск , грамм	
		6-11 лет	11-18 лет
Завтрак			
1	Суп молочный лапша	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Масло	10	10
4	Сыр	10	10
5	Чай с молоком, сахаром	200	200
Обед			
1	Салат картофельный	60	100
2	Борщ из свежей капусты	200	250
3	Плов с говядиной	150	200
4	Компот из с/ф	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
Полдник			
1	Кулебяка с картофелем	60	60
2	Чай с сахаром	200	200

4 день			
№ пп	Меню	Выпуск , грамм	
		6-11 лет	11-18 лет
	Завтрак		
1	Каша молочная пшеница со сливочным маслом	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Булочка дорожная	60	60
4	Какао с молоком, сахаром	200	200
	Обед		
1	Салат из св.капусты с р/м	60	100
2	Суп-лапша домашняя	200	250
3	Сосиска отварная	80/20	100/20
4	Картофельное пюре	130	180
5	Кисель	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
	Полдник		
1	Кулебяка с мясом	60	60
2	Чай с сахаром	200	200

5 день			
	Меню	Выпуск , грамм	
№			
пп	Завтрак	6-11 лет	11-18 лет
1	Суп молочный рисовый	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Масло	10	10
4	Сыр	15	15
5	Чай с молоком, сахаром	200	200
	Обед		
1	Салат витаминный	60	100
2	Рассольник	200	250
3	Жаркое с говядиной	150	200
4	Компот из с/ф	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
	Полдник		
1	Пирожок с капустой	60	60
2	Чай с сахаром	200	200

6 день			
	Меню	Выпуск , грамм	
№			
пп	Завтрак	6-11 лет	11-18 лет
1	Каша молочная кукурузная со сливочным маслом	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Булочка с изюмом	60	60
4	Чай с сахаром	200	200
	Обед		
1	Салат картофельный с зеленым горошком	60	100
2	Суп рыбный	200	250
3	Оладьи кур.с соусом	80/20	100/20
4	Гороховое пюре	130	180
5	Кисель	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
	Полдник		
1	Кулебяка с морковью	60	60
2	Сок натуральный	200	200

7 день			
	Меню	Выпуск , грамм	
№			
пп	Завтрак	6-11 лет	11-18 лет
1	Суп молочный с макаронами	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Масло	10	10
4	Сыр	15	15
5	Чай с молоком, сахаром	200	200
	Обед		
1	Салат из свеклы с соленым огурчиком	60	100
2	Суп гороховый	200	250
3	Печень куриная тушеная с соусом	80/20	100/20
4	Картофельное пюре	130	180
5	Компот из с/ф	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
	Полдник		
1	Пирожок с картошкой печеный	60	60
2	Чай с сахаром	200	200

8 день			
№ пп	Меню	Выпуск , грамм	
		6-11 лет	11-18 лет
	Завтрак		
	Каша молочная геркулесовая со сливочным		
1	маслом	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Булочка с сахаром	60	60
4	Какао с молоком, сахаром	200	200
	Обед		
1	Салат из св. огурцов	60	100
2	Свекольник	200	250
3	Котлета рыбная с соусом	80/20	100/20
4	Гречка отварная	130	180
5	Кисель	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
	Полдник		
1	Булочка с маком	60	60
2	Чай с сахаром	200	200

9 день			
№ пп	Меню	Выпуск , грамм	
		6-11 лет	11-18 лет
	Завтрак		
1	Каша ячневая	200/5	200/5
2	Ватрушка с творогом	60	60
3	Чай с молоком, сахаром	200	200
	Обед		
1	Салат из св.капусты с морковью р/м	60	100
2	Суп с клецками	200	250
3	Зразы с яйцом (кур) с соусом	80/20	100/20
4	Рис отварной	130	180
5	Компот из с/ф	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
	Полдник		
1	Булочка с сгущенкой	60	60
2	Чай с сахаром	200	200

10 день			
№ пп	Меню	Выпуск , грамм	
		6-11 лет	11-18 лет
	Завтрак		
	Каша молочная "Дружба" со сливочным		
1	маслом	200/5	200/5
2	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
3	Масло	10	10
4	Сыр	15	15
5	Чай с сахаром	200	200
	Обед		
1	Салат из св.помидор	60	100
2	Суп полевой	200	250
3	Пельмени отварные с маслом	200/10	200/10
4	Кисель	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
	Полдник		
1	Булочка с повидлом	60	60
2	Чай с сахаром	200	200