

СОГЛАСОВАНО:

Директор МАУ «ОШН»



С.М.Серабневский
(Ф.И.О.)

«20» декабря 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУ «Школьное питание»



А.Ю. Панькова

«14» декабря 2020 г.

Примерное
24-дневное меню завтраков
для обучающихся 1-4-х классов
Возрастная группа: с 7-11 лет
Сезон: зимний

Разработано:

Главный технолог
МАУ «Школьное питание»

С.Ю. Хохлова

Разработано по заказу министерства образования и науки Кузбасса
Декабрь 2020г.

**ПРИМЕРНОЕ 24 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ
Ноябрь - февраль**

Разработано по заказу
Министерства образования
и науки Кемеровской
области - Кузбасса

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Каша овсяная молочная с вишней и маслом	200/5	Каша рисовая молочная с периками и маслом	200/5
Горячий сэндвич с сыром (бутербродная булочка, сыр)	75	Пряник	50
Хлеб ржаной	20	Фрукты в ассортименте (мандарин)	150
Чай травяной	200	Батон пшеничный/ржаной	30/20
		Чай с лимоном и мятой	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Филе птицы запеченное в розовом соусе	90	Капуста квашеная	60
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Котлета из птицы/Курица запеченная	90
Сыр порциями	15	Макаронные отварные с маслом	150
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	150	Люля – кебаб с томатным соусом и зеленью/ Гуляш	90 (90)
Фрукты в ассортименте (груша)	150	Капуста тушеная	150
Батон пшеничный/ржаной	30/20	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17
Чай с сахаром и лимоном	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот фруктово-ягодный (черная смородина)	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Омлет с говядиной	150	Икра кабачковая	60
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Жаркое с мясом	240
Батон пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Кофейный напиток с молоком	200	Чай с сахаром и лимоном	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Икра свекольная	60	Маринад из моркови	60
Котлета мясная / Гуляш	90 / (90)	Рыба запеченная с сыром	90
Картофель запеченный с сыром	150	Картофель отварной с маслом и зеленью	150
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Компот из кураги	200	Компот фруктово-ягодный (вишня)	200
СУББОТА		СУББОТА	
Морковь тушеная с зеленым горошком	60	Омлет натуральный	150
Биточек из рыбы / Рыба запеченная в омлете	90 / 100	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150
Рагу овощное вариант №3 (томат, перец, лук, морковь, лук)	150	Сыр порциями	15
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Батон пшеничный/ржаной	20/20
Чай с облепихой	200	Какао с молоком	200
III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5
Блинчик со сгущенным молоком (1 шт)	40/10	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150
Батон пшеничный/ржаной	30/20	Батон пшеничный/ржаной	20/20
Кофейный напиток с молоком	200	Какао с молоком	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Биточек мясной / Гуляш	90	Курица запеченная	90
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Каша гречневая рассыпчатая со сметанным соусом	150
Фрукты в ассортименте (груша)	150	Сыр порциями	15
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Компот фруктово-ягодный (клубника)	200	Чай с шиповником	200
СРЕДА		СРЕДА	
Омлет с сыром	150	Икра кабачковая	60
Оладьи с маслом	95/5	Рыба тушеная с овощами	110
Батон пшеничный/ржаной	30/20	Картофель запеченный	150
Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот фруктово-ягодный (яблоко - клюква)	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Икра свекольная	60	Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	150
Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	Фрукты в ассортименте (мандарин)	150
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Батон пшеничный/ржаной	20/20
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Кофейный напиток с молоком	200
Компот фруктово - ягодный (яблоко)	200		
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Мясо тушеное с картофелем	240	Мясо тушеное	90
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Рис отварной с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17
Горячий шоколад	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот из сухофруктов	200
СУББОТА		СУББОТА	
Сырники из творога со сгущенным молоком	150	Маринад из моркови	60
Сыр порциями	15	Биточек мясной/Бефстроганов	90
Фрукты в ассортименте (мандарин)	150	Спагетти отварные с маслом	150
Батон пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Чай с сахаром и лимоном	200	Чай с лимоном и мятой	200