



## Примерное меню ООО «Комбинат школьного питания»

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
<b>Завтрак 1</b>									
Каша геркулесовая на молоке	200	Вермишель молочная	200	Пудинг из творога с соусом молочным	130/20	Каша молочная "Дружба"	200	Каша рисовая молочная	200
Кофейный напиток с молоком	180	Какао на молоке	180	Кофейный напиток с молоком	180	Чай с сахаром	180	Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06
		Сыр порционно	16			Сыр порционно	16		
<b>Завтрак 2</b>									
Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180	Сок плодово-ягодный	200
<b>обед</b>									
Салат Витаминный	60	Зелёный горошек отварной	60	Салат "Восток"	60	Салат из капусты с огурцом /или зелёным горошком/	60	Огурцы солёные	45
Бульон куриный с гречками	250/15	Суп картофельный с фасолью	250	Суп рыбный	250	Суп картофельный	250	Борщ на мясном бульоне со сметаной	250/10
Куры отварные	70	Котлета мясная	60	Бефстроганов в соусе	40/20	Тефтели мясные в томатно-сметанном соусе	60/20	Суфле мясное	70
Картофель отварной 150	150	Капуста белокачанная тушеная	150	Картофельное пюре	150	Каша гречневая рассыпчатая 100	100	Картофель отварной 150	150
Кисель из сока плодового	180	Компот из сухофруктов 180	180	Сок плодово-ягодный	200	Кисель из сока плодового	180	Компот из свежзаморож. Ассорти	180
Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40
<b>полдник</b>									
Яблоко	180	Салат Степной из разных овощей	100	Мандарин	70	Крупеник рисовый с творогом с яблочным соусом	150/30	Яблоко	180
Рыба, тушёная в томате с овощами	115	Чай с сахаром	180	Рагу из овощей	150	Ряженка с сахаром 200	200	Оладьи с маслом	100
Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный 35г	35	Чай с сахаром	180	Печенье 30гр	30	Кефир с сахаром 200	200
Хлеб пшеничный 35г	35	Булочка Домашняя	75	Хлеб пшеничный 35г	35			Вафли 20гр	20
				Вафли 20гр	20				

1 неделя



## Примерное меню ООО «Комбинат школьного питания»

6 день понедельник		7 день вторник		8 день среда		9 день четверг		10 день пятница	
<b>Завтрак 1</b>									
Каша манная молочная	200	Каша гречневая молочная	200	Каша пшеничная молочная	200	Каша геркулесовая на молоке	200	Пудинг из творога с соусом молочным	130/20
Кофейный напиток с молоком	180	Какао на молоке	180	Кофейный напиток с молоком	180	Какао на молоке	180	Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06
		Сыр порционно	16						
<b>Завтрак 2</b>									
Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180	Сок плодово-ягодный	200	Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180
<b>обед</b>									
Кукуруза десертная	45	Икра из свёклы	60	Икра кабачковая	60	Огурцы солёные	45	Салат из моркови с яблоком	60
Суп вермишелевый на курином бульоне	250	Суп овощной со сметаной	250/10	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	250/10	Рассольник со сметаной	250/10
Филе куриное тушёное в сметанном соусе	70/30	Биточки мясные паровые	60	Тефтели рыбные	60	Ёжики в томатно-сметанном соусе	70/20	Оладьи из печени	70
Рис отварной 100	100	Картофель отварной 150	150	Картофельное пюре	150	Каша гречневая рассыпчатая 100	100	Макаронные изделия отварные	150
Напиток из плодов шиповника	180	Кисель из сока плодового	180	Компот из сухофруктов 180	180	Компот из лимонов 180	180	Компот из яблок 180	180
Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40
		Хлеб ржаной 40г	40						
<b>полдник</b>									
Запеканка капустная со сметанным соусом	120/20	Груша	160	Капуста тушёная с сосиской	250	Яблоко	180	Винегрет овощной 100гр	100
Чай с сахаром	180	Запеканка из творога со сгущённым молоком	130/10	Чай с сахаром	180	Омлет натуральный	90	Сельдь с луком и маслом 45/10	45/10
Пирожок с яблоком	75	Кефир с сахаром 200	200	Хлеб пшеничный 35г	35	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180
Хлеб ржаной 40г	40	Печенье 30гр	30	Пряник 50гр	50	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35
						Вафли 20гр	20		

2 неделя



## Примерное меню ООО «Комбинат школьного питания»

11 день понедельник		12 день вторник		13 день среда		14 день четверг		15 день пятница	
<b>Завтрак 1</b>									
Каша пшеничная молочная	200	Каша геркулесовая на молоке	200	Каша манная молочная	200	Пудинг из творога "Зебра"	140	Суп молочный с крупой	200
Кофейный напиток с молоком	180	Какао на молоке	180	Кофейный напиток с молоком	180	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный с маслом	35/06
Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Кофейный напиток с молоком	180
		Сыр порционно	16					Сыр порционно	16
<b>Завтрак 2</b>									
Молоко кипяченое	180	Сок плодово-ягодный	200	Сок плодово-ягодный	200	Молоко кипяченое	180	Сок плодово-ягодный	200
<b>обед</b>									
Кукуруза десертная	45	Икра кабачковая	60	Салат картофельный с кукурузой	60	Икра из свёклы	60	Зелёный горошек отварной с овощами	60
Суп овощной на курином бульоне со сметаной	250/10	Суп гороховый с гречками	250/15	Суп рисовый с мясом	250	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	250/10	Суп вермишелевый на мясном бульоне	250
Плов с курицей	150	Рыба запечённая в молочном соусе	90	Котлета особая из птицы	70	Жаркое по-домашнему	150	Голубцы ленивые в сметанном соусе	200/50
Компот из сухофруктов 180	180	Картофель отварной 150	150	Капуста белокачанная тушеная	150	Напиток из плодов шиповника	180	Компот из сухофруктов 180	180
Хлеб ржаной 40г	40	Кисель из сока плодового	180	Компот из свежесаморож. Ассорти	180	Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40
		Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40				
<b>полдник</b>									
Яблоко	180	Запеканка из творога с соусом молочным сладким	130/20	Мандарин	70	Салат Витаминный	60	Яблоко	180
Макаронные изделия запечённые с яйцом	120	Ряженка с сахаром 200	200	Оладьи с маслом	100	Сосиска в тесте	105	Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	130/20
Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный 35г	35	Кефир с сахаром 200	200	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром	180
Печенье 30гр	30			Печенье 30гр	30	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 40г	40
Хлеб пшеничный 35г	35							Вафли 20гр	20

3 неделя



## Примерное меню ООО «Комбинат школьного питания»

16 день понедельник		17 день вторник		18 день среда		19 день четверг		20 день пятница	
<b>Завтрак 1</b>									
Каша рисовая молочная	200	Каша манная молочная	200	Вермишель молочная	200	Омлет натуральный	90	Каша "Янтарная" из пшена с яблоками	200
Кофейный напиток с молоком	180	Чай с сахаром	180	Кофейный напиток с молоком	180	Какао на молоке	180	Кофейный напиток с молоком	180
Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06	Хлеб пшеничный с маслом	35/06
<b>Завтрак 2</b>									
Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180	Молоко кипяченое	180
<b>обед</b>									
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	250	Огурцы солёные	45	Салат из капусты с огурцом /или зелёным горошком/	60	Салат Степной из разных овощей	60	Салат из квашеной капусты	60
Куры отварные	70	Суп рыбный из консервов	250	Суп крестьянский с пшеном	250	Борщ с фасолью со сметаной	250/10	Суп перловый с мясными фрикадельками	250
Рагу из овощей	180	Рулет мясной с яйцом	80	Мясо тушеное в соусе	60/20	Котлета мясная	60	Суфле рыбное	70
Кисель из сока плодового	180	Картофельное пюре	150	Рис отварной 100	100	Капуста белокачанная тушеная	150	Картофельное пюре	150
Хлеб ржаной 40г	40	Компот из свежеморож. Ассорти	180	Сок плодово- ягодный	200	Компот из сухофруктов 180	180	Кисель из сока плодового	180
		Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40	Хлеб ржаной 40г	40
<b>полдник</b>									
Салат из моркови с сахаром	60	Яблоко	180	Винегрет овощной 100гр	100	Запеканка картофельная с сыром со сметанным соусом	130/30	Груша	160
Макароны с сыром	120	Пудинг из творога со сгущённым молоком	140/10	Сельдь с луком и маслом 45/10	45/10	Чай с сахаром	180	Крупеник рисовый с творогом с яблочным соусом	150/30
Чай с сахаром	180	Кефир с сахаром 200	200	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный 35г	35	Ряженка с сахаром 200	200
Булочка Домашняя	75	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35			Хлеб пшеничный 35г	35
		Печенье 30гр	30	Вафли 20гр	20			Печенье 30гр	30

4 неделя