

СОГЛАСОВАНО

Директор КОГОБУ Лицей № 9
г. Слободского


« 27 » сентября 2024 г.

Представитель родительского
комитета


« 27 » сентября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Председатель Совета
Слободского РайПО


/Коврова Н. С.
« 27 » сентября 2024 г.

Примерное 12-дневное меню питания детей в общеобразовательных учреждениях

7-11 лет

Весенне-летний период

Завтрак, обед

МЕНЮ

7-11 лет



Утверждено

Начальник ООП

Колпакина Н.В

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВ. 200/5	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 60	КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ И РАСТ. МАСЛОМ 60	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5
СЛОЙКА С КОРИЦЕЙ 75	КОТЛЕТТА РЫБНАЯ 90	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 200	ЗРАЗЫ ЛЕНИВЫЕ 90	ОЛАДЬИ СО СЛУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200/30	КЕКС "КОЛОБОК" 75
ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ 200/15/7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ РАМЕНСКИЙ 25	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ РАМЕНСКИЙ 25	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ РАМЕНСКИЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ РАМЕНСКИЙ 25
	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25		ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25		
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 60	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ И РАСТ. МАСЛОМ 60	Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.) 60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ" С КРУТОЙ 200	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 200
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ 90	КОТЛЕТТА РЫБНАЯ 90	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	ЗРАЗЫ ЛЕНИВЫЕ 90	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	КОТЛЕТТА СЕМЕЙНАЯ 90
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 150
ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/15
ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25

МЕНЮ

7-11 лет



7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день
Завтрак					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 60	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ И РАСТ. МАСЛОМ 60	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5
МАКАРОНЫ С СЫРОМ 200	КОТЛЕТА МЯСНАЯ "ОСОБАЯ" 90	ПИРОГ СМЕТАННЫЙ 75	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200/30	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" 75
ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200/15/7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ РАМЕНСКИЙ 25	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ РАМЕНСКИЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ РАМЕНСКИЙ 25	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ РАМЕНСКИЙ 25
	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25			ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 60	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛеныМ ПУКОМ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ И РАСТ. МАСЛОМ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200/12	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 200
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	КОТЛЕТА МЯСНАЯ "ОСОБАЯ" 90	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 90	КОТЛЕТА СЕМЕЙНАЯ 90	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 90/30
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150
СОУС ТОМАТНЫЙ 30	СОУС ТОМАТНЫЙ 30	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	СОУС ТОМАТНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 200/15
ЧАЙ С САХАРОМ 200/15	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25
ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25			ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25	ХЛЕБ ЖИТО ЙОДИРОВАННЫЙ 25