

УТВЕРЖДАЮ: Директор ГКОУ ВО
«Санаторная школа – интернат
г.Вязники для детей,
нуждающихся в длительном
лечении»



В.М. Амбарова

Приказ № 93 –ОД
от «08 »июня 2021 г.

Четырнадцатидневное меню
ГКОУ ВО «Санаторная школа – интернат г.Вязники для детей,
нуждающихся в длительном лечении» НА ОСЕННИЙ ПЕРИОД
с 01 сентября 2021 года по 29 февраля 2022 года

г. Вязники 2021 г.

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День ПОНЕДЕЛЬНИК

ОСЕНЬ

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ молочная	210	225			
			Греча	30	40
			Молоко	100	120
			Сахар	5	5
			Масло сливочное	5	8
СЫР	18	23	Сыр	20	25
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	50	80			
			Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ молочная	210	225			
			Греча	30	40
			Молоко	100	120
			Сахар	5	5
			Масло сливочное	5	8
СЫР	18	23	Сыр	20	25
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	50	80			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
ОБЕД					
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40			
			Огурцы соленые	80	80
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ"	250	300			
			Мясо	25	27.5
			Картофель	100	110
			Морковь	12.5	14
			Лук	12	13.4
			Масло растительное	4	4.5
			Сметана	10	10
			Крупа (рис)	5	5.5
			Огурец соленый	16.7	18.4
ПУДИНГ РЫБНЫЙ	110	124			
			Рыба свежемороженая	120	136
			Масло сливочное	4	6
			Яйцо	0.15	0.15
			Хлеб пшеничный	10	12
			Молоко	13	15
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	255	270			
			Картофель	240	250
			Молоко	76	80
			Масло сливочное	4	4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
СЫРНИКИ ИЗ ТОВОГА СО	140	150			

			Творог	130	136
			Мука	18	20
			Яйцо	0,125	0,125
			Сахар	12	15
			Масло растительное	5	5
			Молоко сгущенное	30	40
УЖИН					
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	190	200			
			Картофель	99	110
			Морковь	36	40
			Капуста	47	50
			Лук	20	23
			Масло растительное	5	5
			Сметана	10	20
			Мука	2	2
			Масло сливочное	3	5
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	80	100			
			Мясо	70	90
			Хлеб пшеничный	13	13
			Молоко	16	16
			Масло сливочное	5	5
			Лук	5	5
			Яйцо	0,075	0,075
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День ВТОРНИК

ОСЕНЬ

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	130			
			Яйцо	2	2
			Молоко	50	50
			Масло сливочное	5	8
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200			
			Кофейный напиток	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	130			
			Яйцо	2	2
			Молоко	50	50
			Масло сливочное	5	8
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200			
			Кофейный напиток	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
ОБЕД					
САЛАТ МОРКОВНЫЙ	105	125			
			Морковь	110	130
			Сахар	3	4
			Масло растительное	5	6
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	300			
			Мясо	25	27,5
			Картофель	27	30
			Свекла	50	55
			Капуста	25	30
			Морковь	12,5	15
			Сахар	2,5	2,5
			Лук	12	15
			Масло растительное	2,5	3,5
			Лимонная кислота	1	1
			Сметана	10	10
			Томат пюре	5	7
КУРИЦА ОТВАРТНАЯ	75	90			
			Куры	110	130
			Морковь	5	6
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
КЕФИР	200	200			

			Кефир	200	200
			Сахар	5	5
БУЛОЧКА "ЯНТАРНАЯ"	60	60			
			Мука	57,7	57,7
			Сахар	6	6
			Масло растительное	3	3
			Дрожжи	2	2
			Яйцо	0,167	0,167
			Морковь	11,6	11,6
			Ванилин	0,04	0,04
УЖИН					
САЛАТ РЫБНЫЙ	85	100			
			Консервы рыбные	20	30
			Картофель	49	53
			Огурец соленый	50	60
			Масло растительное	5	6
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	75/20	90/30			
			Мясо	110	135
			Лук	14	16
			Масло сливочное	5	6
			Томат пюре	8	10
			Мука	3,7	4,5
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	200			
			Макароны	50	70
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День СРЕДА

ОСЕНЬ

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	150	180			
			Творог	110	130
			Крупа манная	11	13
			Сахар	10	12
			Изюм	13	13
			Ванилин	0,02	0,02
			Масло сливочное	4,5	5,5
			Молоко сгущенное	30	40
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200			
			Кофейный напиток	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	150	180			
			Творог	110	130
			Крупа манная	11	13
			Сахар	10	12
			Изюм	13	13
			Ванилин	0,02	0,02
			Масло сливочное	4,5	5,5
			Молоко сгущенное	30	40
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200			
			Кофейный напиток	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
ОБЕД					
САЛАТ КАПУСТНЫЙ С МОРКОВЬЮ	95	120			
морковью			Капуста свежая	90	110
			Морковь	11	14
			Масло растительное	5	6
			Сахар	2,5	3,5
			Лимонная кислота	0,1	0,1
СОЛЯНКА "ДОМАШНЯЯ"	250	300			
			Мясо	25	27,5
			Колбаса	10	12
			Картофель	50	60
			Огурец соленый	25	25
			Томат пюре	6	7,5
			Лук	21	25
			Масло сливочное	3	3
			Сметана	10	10
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	50	60			
говядины			Мясо	90	104
			Яйцо	0,1	0,1
			Масло сливочное	7	7
			Молоко	15	17
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35

			Масло сливочное	4,5	4,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
<i>ПОЛДНИК</i>					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	130			
			Мука	62	62
			Сахар	2,2	2,2
			Дрожжи	1,2	1,2
			Масло растительное	5	5
			Молоко	62	62
			Молоко сгущенное	30	40
			Яйцо	0,024	0,024
<i>УЖИН</i>					
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	90	110			
			Свекла	100	120
КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ"	85	95			
			Рыба свежемороженая	80	90
			Хлеб пшеничный	5,6	5,6
			Молоко	10	12
			Масло растительное	3	4
			Морковь	18	20
			Лук	7	9
			Яйцо	0,2	0,4
РИС ОТВАРНОЙ	100	120			
			Рис	40	50
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
КАША МАННАЯ	210	225			
			Крупа манная	40	45
			Молоко	100	110
			Масло сливочное	5	8
			Сахар	5	5
СЫР	18	23			
			Сыр	20	25
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ					
КАША МАННАЯ	210	225			
			Крупа манная	40	45
			Молоко	100	110
			Масло сливочное	5	8
			Сахар	5	5
СЫР	18	23			
			Сыр	20	25
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
ОБЕД					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	120			
			Свекла	100	120
			Сыр	7	7
			Масло растительное	5	5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	300			
			Рыба свежемороженая	90	100
			Картофель	150	170
			Морковь	12,5	14
			Лук	12	14
			Масло растительное	5	5
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	90	120			
			Мясо	40	60
			Лук	7	9
			Масло сливочное	5	5
			Капуста	55	65
			Яйцо	0,1	0,1
			Рис	4,5	6
			Масло сливочное	5	5
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
КИСЕЛЬ	200	200			

			Кисель	24	24
			Сахар	6	6
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
РЯЖЕНКА	200	200			
			Ряженка	200	200
КРЕНДЕЛЬ НА САХАРЕ	60	60			
			Мука	35	35
			Сахар	10	10
			Молоко	15	15
			Масло сливочное	5	5
			Яйцо	0,125	0,125
			Дрожжи	1	1
УЖИН					
СЕЛЬДЬ ФИЛЕ	30	40			
Лук	10	10	Сельдь филе	30	40
			Лук	15	15
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	170	210			
			Куры	70	80
			Рис	45	55
			Масло сливочное	8,5	10
			Морковь	11	17
			Лук	11	15
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.
 День ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	150	180			
			Творог	110	130
			Крупа манная	11	13
			Сахар	10	12
			Изюм	13	13
			Ванилин	0,02	0,02
			Масло сливочное	4,5	5,5
			Молоко сгущенное	30	40
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	150	180			
			Творог	110	130
			Крупа манная	11	13
			Сахар	10	12
			Изюм	13	13
			Ванилин	0,02	0,02
			Масло сливочное	4,5	5,5
			Молоко сгущенное	30	40
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
ОБЕД					
САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЧЕСНОКОМ	95	110			
			Морковь	100	120
			Чеснок	0,6	0,6
			Масло растительное	5	5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	300			
			Мясо	25	27,5
			Картофель	40	50
			Лук	12,5	14
			Морковь	12,5	14
			Масло растительное	5	5
			Капуста	62,5	75
			Сметана	10	10
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	80	100			
			Мясо	70	90
			Хлеб пшеничный	13	13
			Молоко	16	16
			Масло сливочное	5	5
			Лук	5	5
			Яйцо	0,075	0,075
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	200			
			Макароны	50	70
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С КОНДИТЕРОМ	200	200			

			Чай	1	1
				30	30
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
<i>ПОЛДНИК</i>					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	60	60			
			Мука	42	42
			Сахар	4,3	4,3
			Дрожжи	1,3	1,3
			Масло растительное	3,8	3,8
			Яйцо	0,33	0,33
			Изюм	2,1	2,1
			Мука	0,85	0,85
			Соль	0,4	0,4
			Молоко	11	11
<i>УЖИН</i>					
САЛАТ КАПУСТНЫЙ С МОРКОВЬЮ	95	120			
			Капуста свежая	90	110
			Морковь	11	14
			Масло растительное	5	6
			Сахар	2,5	3,5
			Лимонная кислота	0,1	0,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	75/20	90/30			
			Мясо	110	135
			Лук	14	16
			Масло сливочное	5	6
			Томат пюре	8	10
			Мука	3,7	4,5
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День СУББОТА

НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	210	225			
			Пшено	40	45
			Молоко	100	110
			Масло сливочное	5	8
			Сахар	5	5
ЯЙЦО					
			Яйцо	1	1
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200			
			Кофейный напиток	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
ОБЕД					
САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С ЧЕСНОКОМ	95	115			
			Свекла	100	120
			Чеснок	0,6	0,6
			Масло растительное	5	5
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	300			
			Мясо	25	27,5
			Свекла	50	55
			Картофель	27	30
			Капуста	25	30
			Морковь	12,5	15
			Томат пюре	5	7
			Сахар	2,5	2,5
			Лимонная кислота	1	1
			Сметана	10	10
			Лук	12	15
			Масло растительное	2,5	3,5
ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	70	85			
			Печень	100	120
			Сметана	15	15
			Масло растительное	4	4
			Мука	1	1
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
КОНДИТЕР	25	30			
			Печенье	25	30

УЖИН

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ	90	115			
			Картофель	72	85
			Лук	11	15
			Огурец соленый	40	50
			Масло растительное	5	5
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	75/20	90/30			
			Мясо	110	135
			Лук	14	16
			Масло сливочное	5	6
			Томат пюре	8	10
			Мука	3,7	4,5
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	200			
			Капуста	200	250
			Масло сливочное	5	6,5
			Морковь	6	9
			Лук	8	12
			Томат пюре	10	10
			Мука	1,4	1,7
			Сахар	2	2
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.
 День ВОСКРЕСЕНЬЕ
 НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	205	220			
			Рис	30	35
			Молоко	100	110
			Сахар	5	5
			Масло сливочное	5	8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200			
			Сок	200	200
КОНДИТЕР	20	20			
				20	20
ОБЕД					
САЛАТ МОРКОВНЫЙ	105	125			
			Морковь	110	130
			Масло растительное	5	6
СУП ГОРОХОВЫЙ	250	300			
			Мясо	25	27,5
			Картофель	67	75
			Морковь	12,5	14
			Горох	20	25
			Лук	12,5	14
			Масло сливочное	3	3
ПЕЛЬМЕНИ С МАСЛОМ	150	200			
			Мясо	83	95
			Мука	80	90
			Яйцо	0,125	0,125
			Лук	10	12
			Масло сливочное	5	5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
КОНДИТЕР	25	30			
			Вафли	25	30
УЖИН					
САЛАТ "НЕСВИЖСКИЙ"	85	95			
			Сельдь	15	17
			Свекла	27	30
			Морковь	19	22
			Картофель	28	30

			Лук	12	14
			Масло растительное	5	5
МАКАРОННИК С МЯСОМ	180	240			
			Мясо	95	105
			Макароны	35	50
			Масло растительное	4,5	6
			Лук	12	15
			Яйцо	0,125	0,125
			Масло сливочное	2	3
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.
 День ПОНЕДЕЛЬНИК
 НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ молочная	210	225		
		Греча	30	40
		Молоко	100	120
		Сахар	5	5
		Масло сливочное	5	8
СЫР	18	23	20	25
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200		
		Кофейный напиток	2	2
		Молоко	100	100
		Сахар	10	12
		Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100		
		Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ молочная	210	225		
		Греча	30	40
		Молоко	100	120
		Сахар	5	5
		Масло сливочное	5	8
СЫР	18	23		
		Сыр	20	25
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200		
		Кофейный напиток	2	2
		Молоко	100	100
		Сахар	10	12
		Масло сливочное	10	10
		Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК				
ФРУКТЫ	200	200		
			200	200
ОБЕД				
ВИНЕГРЕТ	95	110		
		Картофель	29,4	35
		Свекла	15	30
		Лук	15	15
		Морковь	12	15
		Огурец соленый	60	60
		Масло растительное	10	10
СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	250	300		
		Молоко	175	220
		Рис	17,5	20
		Масло сливочное	2,5	3,5
		Сахар	2,5	3
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА	220	250		
		Мясо	70	80
		Картофель	200	220
		Масло сливочное	7	7
		Сахар	0,1	0,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200		
		Сухофрукты	15	15
		Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100		

			Хлеб ржаной	70	100
<i>ПОЛДНИК</i>					
МОЛОКО	200	200	Молоко	200	200
ЗРАЗЫ ТВОРОЖНЫЕ С ИЗЮМОМ	130	150	Творог	90	100
			Мука	20	26
			Сахар	8	10
			Яйцо	0,25	0,25
			Изюм	15	20
			Молоко сгущенное	30	40
			Масло растительное	5	5
<i>УЖИН</i>					
САЛАТ КАПУСТНЫЙ С МОРКОВЬЮ	95	120	Капуста свежая	90	110
			Морковь	11	14
			Масло растительное	5	6
			Сахар	2,5	3,5
			Лимонная кислота	0,1	0,1
ПУДИНГ РЫБНЫЙ	110	124	Рыба свежемороженая	120	136
			Масло сливочное	4	6
			Яйцо	0,15	0,15
			Хлеб пшеничный	10	12
			Молоко	13	15
РИС ОТВАРНОЙ	100	120	Рис	40	50
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100	Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	170	210			
			Макароны	60	70
			Сыр	7	9
			Масло сливочное	5	5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	170	210			
			Макароны	60	70
			Сыр	7	9
			Масло сливочное	5	5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
САЛАТ КАПУСТНЫЙ С МОРКОВЬЮ	95	120			
			Капуста свежая	90	110
			Морковь	11	14
			Масло растительное	5	6
			Сахар	2,5	3,5
			Лимонная кислота	0,1	0,1
ОБЕД					
СЕЛЬДЬ ФИЛЕ	30	40			
			Сельдь филе	30	40
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	90	110			
			Свекла отварная	100	120
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	300			
			Макароны	10	12
			Картофель	100	110
			Морковь	12,5	14
			Мясо	25	27,5
			Лук	6	8
			Масло сливочное	2,5	2,5
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	80	100			
			Мясо	70	90
			Хлеб пшеничный	13	13
			Молоко	16	16
			Масло сливочное	5	5
			Лук	5	5
			Яйцо	0,075	0,075
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246

			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
КЕФИР	200	200			
			Кефир	200	200
			Сахар	5	5
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	60			
			Мука	31,2	31,2
			Сахар	1,6	1,6
			Масло сливочное	1,3	1,3
			Яйцо	0,117	0,117
			Дрожжи	0,9	0,9
			Творог	35	35
			Масло растительное	3	3
УЖИН					
САЛАТ РЫБНЫЙ	85	100			
			Консервы рыбные	20	30
			Картофель	49	53
			Огурец соленый	50	60
			Масло растительное	5	6
КНЕЛИ ГОВЯЖЬИ	80	100	Говядина	56	70
			Рис	6,5	8,5
			Масло сл.	4,5	4,5
			Молоко	7,5	8,5
			Лук	5	10
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	190	200			
			Картофель	99	110
			Морковь	36	40
			Капуста	47	50
			Лук	20	23
			Масло растительное	5	5
			Сметана	10	20
			Мука	2	2
			Масло сливочное	3	5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День СРЕДА

НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	160		
		Творог	120	130
		Мука	10	10
		Яйцо	0,1	0,1
		Сахар	9,7	9,7
		Масло сливочное	3	3
		Молоко сгущенное	30	40
		Ванилин	0,015	0,015
		Крупа манная	9,7	9,7
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200		
		Кофейный напиток	2	2
		Молоко	100	100
		Сахар	12	12
		Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100		
		Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	160		
		Творог	120	130
		Мука	10	10
		Яйцо	0,1	0,1
		Сахар	9,7	9,7
		Масло сливочное	3	3
		Молоко сгущенное	30	40
		Ванилин	0,015	0,015
		Крупа манная	9,7	9,7
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200		
		Кофейный напиток	2	2
		Молоко	100	100
		Сахар	10	12
		Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100		
		Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК				
ФРУКТЫ	200	200		
			200	200
ОБЕД				
САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЧЕСНОКОМ	95	110		
		Морковь	100	120
		Чеснок	0,6	0,6
		Масло растительное	5	5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	300		
		Мясо	25	27,5
		Картофель	40	50
		Лук	12,5	14
		Морковь	12,5	14
		Масло растительное	5	5
		Капуста	62,5	75
		Сметана	10	10
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	170	210		
		Куры	70	80
		Рис	45	55
		Масло сливочное	8,5	10

			Морковь	11	17
			Лук	11	15
КИСЕЛЬ	200	200			
			Кисель	24	24
			Сахар	6	6
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	130			
			Мука	62	62
			Сахар	2,2	2,2
			Дрожжи	1,2	1,2
			Масло растительное	5	5
			Молоко	62	62
			Молоко сгущенное	30	40
			Яйцо	0,024	0,024
УЖИН					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	120			
			Свекла	100	120
			Сыр	5	7
			Масло растительное	5	5
ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	80	100			
			Мясо	70	90
			Хлеб пшеничный	13	13
			Молоко	16	16
			Масло сливочное	5	5
			Лук	5	5
			Яйцо	0,075	0,075
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
ЙОГУРТ	100	100			
			Йогурт	100	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День ЧЕТВЕРГ
НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
ОМЛЕТ "НАТУРАЛЬНЫЙ"	130	130			
			Яйцо	2	2
			Молоко	50	50
			Масло сливочное	5	8
Сыр	18	23	Сыр	20	25
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200			
			Кофейный напиток	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	50	80			
			Хлеб пшеничный	50 ⁷⁵	80 ¹⁰⁰
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ					
ОМЛЕТ "НАТУРАЛЬНЫЙ"	130	130			
			Яйцо	2	2
			Молоко	50	50
			Масло сливочное	5	8
Сыр	18	23	Сыр	20	25
КОФЕ С МОЛОКОМ	200				
			Кофейный напиток	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
			Хлеб пшеничный	75	80
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
ОБЕД					
ВИНЕГРЕТ	95	110			
			Картофель	29,4	35
			Свекла	15	30
			Лук	15	15
			Морковь	12	15
			Огурец соленый	60	60
			Масло растительное	10	10
БОРЦ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	300			
			Мясо	25	27,5
			Свекла	50	55
			Картофель	27	30
			Капуста	25	30
			Морковь	12,5	15
			Томат пюре	5	7
			Сахар	2,5	2,5
			Лимонная кислота	1	1
			Сметана	10	10
			Лук	12	15
			Масло растительное	2,5	3,5
ПУДИНГ РЫБНЫЙ	110	124			
			Рыба свежемороженая	120	136
			Масло сливочное	4	6
			Яйцо	0,15	0,15
			Хлеб пшеничный	10	12

			Молоко	13	15
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	200			
			Макароны	50	70
			Масло сливочное	4,5	4,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
РЯЖЕНКА	200	200			
			Ряженка	200	200
КРЕНДЕЛЬ НА САХАРЕ	60	60			
			Мука	35	35
			Сахар	10	10
			Молоко	15	15
			Масло сливочное	5	5
			Яйцо	0,125	0,125
			Дрожжи	1	1
УЖИН					
САЛАТ КАПУСТНЫЙ С МОРКОВЬЮ	95	120			
			Капуста свежая	90	110
			Морковь	11	14
			Масло растительное	5	6
			Сахар	2,5	3,5
			Лимонная кислота	0,1	0,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	75/20	90/30			
			Мясо	110	135
			Лук	14	16
			Масло сливочное	5	6
			Томат пюре	8	10
			Мука	3,7	4,5
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.

День ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
КАША ОВСЯНАЯ	210	225			
			Геркулес	30	35
			Молоко	100	110
			Сахар	5	5
			Масло сливочное	5	8
СЫР	18	23			
			Сыр	20	25
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
ЗАВТРАК ДЛЯ НЕИНТЕРНИРОВАННЫХ					
КАША ОВСЯНАЯ	210	225			
			Геркулес	30	35
			Молоко	100	110
			Сахар	5	5
			Масло сливочное	5	8
СЫР	18	23			
			Сыр	20	25
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
ОБЕД					
САЛАТ МОРКОВНЫЙ	105	125			
			Морковь	110	130
			Сахар	3	4
			Масло растительное	5	6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	300			
			Мясо	25	27,5
			Картофель	66	88
			Лук	12	14
			Морковь	12,5	14
			Масло сливочное	1,5	1,5
			Яйцо	0,06	0,06
			Мука	10	10
ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	70	85			
			Печень	100	120
			Сметана	15	15
			Масло растительное	4	4
			Мука	1	1
РИС ОТВАРНОЙ	100	120			
			Рис	40	50
			Масло сливочное	4,5	4,5

ЧАЙС КОНДИТЕРОМ	200	200			
			Чай	1	1
				30	30
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
<i>ПОЛДНИК</i>					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	60	60			
			Мука	42	42
			Сахар	4,3	4,3
			Дрожжи	1,3	1,3
			Масло растительное	3,8	3,8
			Яйцо	0,33	0,33
			Изюм	2,1	2,1
			Мука	0,85	0,85
			Соль	0,4	0,4
			Молоко	11	11
<i>УЖИН</i>					
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	90	110			
			Свекла отварная	100	120
ЛУК	10	10			
			Лук	15	15
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	90			
			Рыба свежемороженная	92	100
			Хлеб пшеничный	0,125	0,125
			Молоко	10	10
			Масло растительное	3,5	4,5
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.
 День СУББОТА
 НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	205	220			
			Рис	30	35
			Молоко	100	110
			Сахар	5	5
			Масло сливочное	5	8
СЫР	18	23	Сыр	20	25
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200			
			Какао порошок	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
ФРУКТЫ	200	200			
				200	200
ОБЕД					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	40			
			Огурец соленый	80	80
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	300			
			Рыба свежемороженая	90	100
			Картофель	150	170
			Морковь	12,5	14
			Лук	12	14
			Масло растительное	5	5
КНЕЛИ ГОВЯЖЬИ	80	100			
			Мясо	56	70
			Рис	6,5	8,5
			Масло сливочное	5	6,5
			Лук	5	10
			Молоко	7,5	8,5
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	200			
			Макароны	50	70
			Масло сливочное	4,5	4,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
КОНДИТЕР	25	30			
			Печенье	25	30
УЖИН					
САЛАТ "НЕСВИЖСКИЙ"	85	95			
			Сельдь	15	17
			Свекла	27	30
			Морковь	19	22
			Картофель	28	30
			Лук	12	14

			Масло растительное	5	5
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	220			
			Картофель	226	246
			Молоко	32	35
			Масло сливочное	4,5	4,5
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	75/20	90/30	МЯСО	110	135
			ЛУК	14	16
			МАСЛО СЛ.	5	6
			ТОМАТ ПЮРЕ	8	10
			МУКА	3,7	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100

МЕНЮ НА 2021г. -2022г.
 День ВОСКРЕСЕНЬЕ
 НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ

ОСЕНЬ

Наименование блюда	Выход		Компоненты	7-10лет	11 лет
ЗАВТРАК					
КАША МАННАЯ	210	220			
			Крупа манная	40	45
			Молоко	100	110
			Масло сливочное	5	8
			Сахар	5	5
ЯЙЦО	40	40			
			Яйцо	1	1
КОФЕ С МОЛОКОМ	200	200			
			Кофейный напиток	2	2
			Молоко	100	100
			Сахар	10	12
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100
2 ЗАВТРАК					
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	200			
			Сок	200	200
КОНДИТЕР	20	20			
				20	20
ОБЕД					
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	70	70			
			Свекла отварная	100	100
ЧЕСНОК	7	7	Чеснок	7	7
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	300			
			Мясо	25	27,5
			Картофель	34	40
			Морковь	12,5	14
			Капуста	37,5	45,5
			Лук	12,5	14
			Масло растительное	5	5
			Сметана	10	10
			Рис	10	12
ПЕЛЬМЕНИ С МАСЛОМ	150	200			
			Мясо	83	95
			Мука	80	90
			Яйцо	0,125	0,125
			Лук	10	12
			Масло сливочное	5	5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	200			
			Сухофрукты	15	15
			Сахар	10	12
ХЛЕБ	70	100			
			Хлеб ржаной	70	100
ПОЛДНИК					
МОЛОКО	200	200			
			Молоко	200	200
БЛИНЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	150			
	30	40	Мука	66	66
			Молоко	110	110
			Яйцо	0,25	0,25
			Сахар	4	4

			Молоко сгущенное	30	40
			Дрожжи	0,5	0,5
			Масло растительное	5	5
			Масло сливочное	4,5	6
<i>УЖИН</i>					
САЛАТ КАПУСТНЫЙ С МОРКОВЬЮ	95	120			
			Капуста свежая	90	110
			Морковь	11	14
			Масло растительное	5	6
			Сахар	2,5	3,5
			Лимонная кислота	0,1	0,1
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	70			
			Мясо	52	65
			Хлеб пшеничный	10	10
			Яйцо	0,2	0,2
			Масло сливочное	3,5	4,5
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	200			
			Макароны	50	70
			Масло сливочное	4,5	4,5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200			
			Чай	1	1
			Сахар	12	14
			Масло сливочное	10	10
ХЛЕБ	75	100			
			Хлеб пшеничный	75	100