

**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	Сосиска отварная	100
Горячий сэндвич с колбасой и сыром (бутербродная булочка, сыр, колбаса)	100	Макароны отварные с маслом	150
Хлеб ржаной	20	Сыр порциями	15
Чай травяной	200	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
		Чай с сахаром	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Филе птицы запеченное в розовом соусе	80	Каша рисовая молочная с персиками и маслом	200/5
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Горячий бутерброд на батоне (батон, сыр) (1шт)	35
Сыр порциями	15	Фрукты в ассортименте (мандарин)	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб ржаной	20
Какао с молоком	200	Чай с лимоном и мятой	200
СРЕДА		СРЕДА	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	Люля – кебаб с томатным соусом и зеленью/ Гуляш	80 (80)
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
Масло сливочное порциями	10	Жаркое с мясом	230
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Пряник	50
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	80 / (80)	Рыба запеченная с сыром	80
Картофель запеченный с сыром/Картофельное пюре с маслом	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 с помидорами и сыром	80	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150
Рагу овощное вариант №3 (томат, перец, цуккини, морковь, лук)	150	Сыр порциями	15
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Батон пшеничный/ржаной	30/20
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	Сарделька отварная	100
Блинчик со сгущенным молоком (1 шт)	40/10	Спагетти отварные с томатным соусом	150
Хлеб ржаной	20	Сыр порциями	15
Кофейный напиток с молоком	200	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
		Чай с шиповником	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Биточек мясной / Гуляш	80	Курица запеченная	80
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Каша гречневая рассыпчатая со сметанным соусом	150
Фрукты в ассортименте (груша)	150	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Компот фруктово-ягодный (клубника)	200	Чай с лимоном и мятой	200
СРЕДА		СРЕДА	
Омлет с сыром	150	Икра кабачковая	60
Горячий бутерброд на батоне (батон, колбаса, сыр) (1 шт)	50	Рыба тушеная с овощами	80/30
Хлеб ржаной	20	Картофель запеченный	150
Какао с молоком	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	80	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17
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	230	Мясо тушеное	80
Фрукты в ассортименте (груша)	150	Рис отварной с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Фрукты в ассортименте (мандарин)	150
Горячий шоколад	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот из сухофруктов	200
СУББОТА		СУББОТА	
Сырники из творога со сгущенным молоком	150	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5
Масло сливочное порциями	10	Масло сливочное порциями	10
Сыр порциями	15	Сыр порциями	15
Батон пшеничный/ржаной	20/20	Батон пшеничный/ржаной	20/20
Чай с сахаром и лимоном	200	Какао с молоком	200

**ПРИМЕРНОЕ 24-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ ВАРИАНТ № 2 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.
Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	Маринад из моркови	60
Щи с мясом и сметаной	200	Свекольник с мясом и сметаной	200
Сосиска отварная	100	Плов с курицей	230
Спагетти отварные с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	40/25
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Компот фруктово-ягодный (клубника)	200
Компот из сухофруктов	200		
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Яйцо отварное	50	Фрукт в ассортименте (груша)	150
Сыр порциями	10	Суп куриный с вермишелью	200
Суп рыбный с крупой (сайра)	200	Запеканка из печени со сливочным соусом / Печень тушеная со сметаной	90 / (90)
Биточек мясной / Гуляш	80	Картофельное пюре с маслом / Картофель запеченный	150
Картофельное пюре с маслом / Картофель отв с маслом и зеленью	150	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Кисель плодово – ягодный витаминизированный (клюквенный)	200
Компот фруктово-ягодный (вишня)	200		
СРЕДА		СРЕДА	
Свекла тушеная с яблоками	60	Горошек консервированный	60
Суп гороховый с мясом	200	Уха с рыбой	200
Курица запеченная с сыром	85	Чахохбили	90
Рагу овощное вариант №1 (цв. капуста, фасоль, морковь, горошек)	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	40/20
Кисель плодово – ягодный витаминизированный (черносмородиновый)	200	Компот фруктово-ягодный (кизил)	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Маринад из моркови	60	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150
Борщ с мясом и сметаной	200	Рассольник с мясом и сметаной	200
Люля – кебаб с томатным соусом с зеленью / Бефстроганов	80	Сарделька	100
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Рагу овощное вариант №2 (картофель, баклажан, цуккини, томат, морковь, перец, лук)	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот фруктово-ягодный (яблоко-брусника)	200	Напиток витаминизированный плодово – ягодный (черносмородиновый)	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Кукуруза консервированная	60	Капуста квашеная	60
Суп картофельный с мясом	200	Суп-пюре из овощей с гренками / Суп из овощей с гренками	200/10
Рыба запеченная в омлете	80	Мясо тушеное в сметане	80
Рис отварной с овощами	150	Макароны отварные с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	40/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот фруктово-ягодный (красная смородина)	200	Компот из кураги	200
СУББОТА		СУББОТА	
Фрукт в ассортименте (мандарин)	150	Икра свекольная	60
Суп овощной с мясом и сметаной	200	Суп картофельный с фасолью	200
Мясо тушеное	80	Биточек из рыбы / Рыба тушеная с овощами	80/(80/30)
Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	Каша пшеничная вязкая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Отвар из шиповника	200	Компот фруктово-ягодный (вишня)	200
III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Икра кабачковая	60	Кукуруза консервированная	60
Суп картофельный с мясом	200	Суп овощной с мясом и сметаной	200
Филе птицы тушеное с овощами	80	Филе птицы запеченное в розовом соусе	80
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Каша перловая рассыпчатая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	60/20
Компот фруктово-ягодный (облепиха)	200	Напиток витаминизированный плодово – ягодный (черносмородиновый)	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Икра свекольная	60	Фрукт в ассортименте (яблоко)	150
Суп гороховый с мясом	200	Суп куриный с рисом и томатом	200
Курица запеченная	80	Бигос с мясом	230
Рагу овощное вариант №3 (томат, перец, цуккини, морковь, лук)	150	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Компот из чернослива и сухофруктов	200
Отвар из шиповника	200		
СРЕДА		СРЕДА	
Яйцо отварное	50	Яйцо отварное	50
Сыр порциями	10	Сыр порциями	10
Суп куриный с вермишелью	200	Борщ с квашеной капустой с мясом и сметаной	200
Рыба запеченная с сыром	80	Котлета из птицы / Филе птицы тушеное в томатном соусе	80
Картофельное пюре с маслом / Картофель отв с луком и зеленью	150	Рис отварной с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Сок фруктовый (ананасовый)	200	Сок фруктовый (периковый)	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Фрукт в ассортименте (яблоко)	150	Фрукт в ассортименте (груша)	150
Щи с мясом и сметаной	200	Суп картофельный с мясом	200
Котлета мясная / Мясо тушеное	80	Гуляш	80
Рис отварной с маслом	150	Макароны отварные с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из сухофруктов	200	Компот фруктово-ягодный (черная смородина)	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Маринад из моркови	60	Свекла тушеная с яблоками	60
Борщ с мясом и сметаной	200	Рассольник с мясом и сметаной	200
Сарделька отварная	100	Котлета мясная / Бефстроганов	80
Макароны отварные с маслом	150	Картофельное пюре с маслом / Картофель отварной с маслом и зеленью	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Кисель плодово – ягодный витаминизированный (клюквенный)	200	Компот из кураги	200
СУББОТА		СУББОТА	
Фрукт в ассортименте (груша)	150	Маринад из моркови	60
Суп из овощей с пшеном и мясом	200	Борщ с фасолью с мясом и сметаной	200
Бефстроганов	80	Рыба запеченная под сырно - овощной шапкой	80
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Рагу овощное вариант №2 (картофель, баклажан, цуккини, томат, морковь, перец, лук)	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот фруктово-ягодный (черная смородина)	200	Компот фруктово-ягодный (яблоко - клюква)	200