

10 дневное основное (организованное) меню

1-4 классы (I вариант)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ 20/10/20	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20/10/20	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	САЛАТ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ 60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 170	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	РИС ОТВАРНОЙ 100	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 20/10/20
ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ 170	ПЛОВ 170	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО 15	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 160/20	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 100	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 60/10	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ 20/10/20	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60
БИТОЧКИ 70/10	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 170/10	БАТОН 20	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ 80	ЧАЙ 180	ЧАЙ 180	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80/10	ЧАЙ 180	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 140/10	ОМЛЕТ С СЫРОМ 150/10
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	ГРУША 100	ЧАЙ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7	БАТОН 20	БАТОН 20	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7	БАТОН 20	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7
КАКАО С МОЛОКОМ 200		ЯБЛОКО 100	БАТОН 20	ЯБЛОКО 100	БАНАН 100	БАТОН 20	ЯБЛОКО 100	ГРУША 100	ЯБЛОКО 100
БАНАН 100			ГРУША 100			ГРУША 100			
Обед ГПД									
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 100	ВИНЕГРЕТ 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	ВИНЕГРЕТ 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 200	СУП ЛАПША 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 200	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	СУП ГОРОХОВЫЙ 200	СВЕКОЛЬНИК 200	БОРЩ 200	СУП ЛАПША 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 200
РИС ОТВАРНОЙ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 220	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЛОВ 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 220
ПОДЖАРКА 90	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ 90	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ 90/20	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ 90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ПОДЖАРКА 90	КУРИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ 90/20	КОТЛЕТЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ 90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ГРУША 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	БАНАН 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ЯБЛОКО 100
БАНАН 100		ЯБЛОКО 100	ГРУША 100	ЯБЛОКО 100		ГРУША 100	ЯБЛОКО 100	ГРУША 100	