ГБОУ ООШ №6 г.Новокуйбышевска

**Утверждаю**

Абрамова С.Д.

МЕНЮ

**Сад 12 часов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 день** | **2 день** | **3 день** | **4 день** | **5 день** | **6 день** | **7 день** | **8 день** | **9 день** | **10 день** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ 200/3/2 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ 180/3/2 | СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ 200/3/2 | КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ ЖИДКАЯ  200/3/2 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ 200/3/2 | СУП ГРЕЧНЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ 200/3/2 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ 200/3/2 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ  ИЗДЕЛИЯМИ 200/3/2 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ 200/3/2 | КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ 180/3/2 |
| ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 36 | КАКАО С МОЛОКОМ 180/7 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 36 | ЧАЙ С САХАРОМ,МОЛОКОМ  180/7 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180/8 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 36 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ЧЕРНЫЙ 180/8 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 36 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180/8 | КАКАО С МОЛОКОМ 180/8 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ЧЕРНЫЙ 180/7 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 25/12 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180/7 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 30/12 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30/7 | КАКАО С МОЛОКОМ 180/10 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ,КОЛБАСОЙ  ВАРЕНОЙ 30/7/34 | ЧАЙ С САХАРОМ,МОЛОКОМ  180/8 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 30/12 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ 30/20 |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ,КОЛБАСОЙ  ВАРЕНОЙ 30/7/35 |  | БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 35/7/12 |  |  | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30/7 |  | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ, СЫРОМ 30/11 |  |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ  150 | ЯБЛОКО 130 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ  130/2/1 | САЛАТ "СВЕКОЛКА"  100/2 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100 | КЕФИР 150 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ  100/2/1 | РЯЖЕНКА 150 | ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ  130/2/1 |
| ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА 20 |  | ПЕЧЕНЬЕ 30 |  | ПЕЧЕНЬЕ 32 | ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА 20 |  | ГРУША СВЕЖАЯ 140 |  |  |
| **Обед** | | | | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ  ИЗДЕЛИЯМИ НА КУР/Б  200/3 | ИКРА МОРКОВНАЯ 60/1 | САЛАТ  КАРТОФЕЛЬНЫЙ 60/6 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60/3/1 | БОРЩ С МЯСОМ,СМЕТАНОЙ  200/3/11 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ  60/4/1 | САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 60/2 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60/6 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ 200/3/11 | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ  ГОРОШКОМ 60/4 |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 150/2/4 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ 250/3 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200/2 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/Б 200/3 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ 200/3 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУР/Б 200/3 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ,СМЕТАНО Й НА М/К БУЛЬОНЕ 200/2/11 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С  КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ СО  СМЕТАНОЙ 200/3/11 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ГОВЯДИНЫ Б/К 60/2/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ  ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200/29/2 |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180/8/5 | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА Б/К 60/2 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ 200/2/3 | СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 150/1/1 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/8/7 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160/6/6 | ЗАПЕКАНКА  КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 200/6/2 | ГУЛЯШ ИЗ  ГОВЯДИНЫ/МЯСА КУР 50/1 | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ ИЛИ СОУСЕ  150/4/15 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 160/3/2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150/3 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180/6/5 | НАПИТОК ИЗ СОКА ЯБЛОЧНОГО 180/6/5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180/8/5 | ЧАЙ С САХАРОМ 180/8/5 | МАКАРОННЫЕ  ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120/4 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180/8/5 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180/8/5 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ  ПЛОДОВ 180/8/5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ  ПЛОДОВ 180/8/5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 |  |  |  |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Полдник** | | | | | | | | | |
| КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В  СМЕТАННОМ СОУСЕ  150/2/11 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ 80/3 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ 120/3/5 | КИСЕЛЬ 140 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ  150/4/1 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ  60/3/1 | КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В  СМЕТАННОМ СОУСЕ  150/2/11 | ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА  С ТВОРОГОМ 75/5/3 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ  50/5/1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ  ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 90/15/1 |
| КЕФИР 180 | НАПИТОК "СОЛНЫШКО" 180/8/3 | РЯЖЕНКА 180 | ПЕЧЕНЬЕ 30 | НАПИТОК  "СОЛНЫШКО" 180/6/5 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 120/15/3 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150 | КАКАО С МОЛОКОМ 180/7 | НАПИТОК ИЗ СОКА ЯБЛОЧНОГО 180/80/4 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180/8/3 |
| ЯБЛОКО 120 | ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА 20 |  | ЯБЛОКО 120 | ПЕЧЕНЬЕ 25 | КИСЕЛЬ 150 | ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА 20 |  | ГРУША 140 | ПЕЧЕНЬЕ 30 |
| **Ужин** | | | | | | | | | |
| СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ 130/5/1 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 180/2 | МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ 100/1 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 180/2 | ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ  РУБЛЕНЫЙ 60/1 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ  40/2 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 150/5 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 180/3 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) 60/4/1 | МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ 60/1 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С  РИСОМ,ПОВИДЛОМ  105/17/2 | ПЕЧЕНЬ ПО-  СТРОГАНОВСКИ 65/6/9 | ЛАПШЕВНИК С  ТВОРОГОМ 205/5/5 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ 80/3 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ 120/5 | ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) 55/3 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 150/1 | БИТОЧКИ ИЗ КУР С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 60/17 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 180/14/2 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 60/1 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 180/8 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | ГРЕНКИ ИЗ  ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 29 | НАПИТОК "ИЗЮМИНКА" 180/6 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180/6 | НАПИТОК "ИЗЮМИНКА" 180/7 | НАПИТОК  "СОЛНЫШКО" 180/8 | ЧАЙ С САХАРОМ 180/7 | КАРТОФЕЛЬ  ОТВАРНОЙ 160/6 |
| БУЛОЧКА С  ПОСЫПКОЙ 50/3/7 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 160 | КАКАО С МОЛОКОМ 180 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | ЧАЙ С САХАРОМ,МОЛОКОМ  180/7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 160 |
|  |  |  |  | ЯБЛОКО 130 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 |  |  |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 |