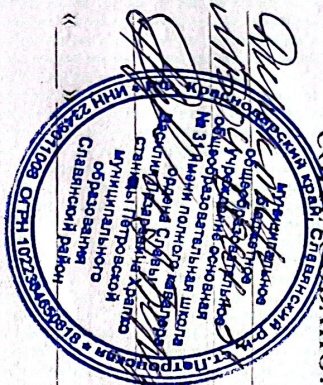
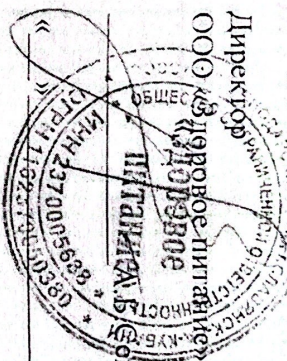


СОГЛАСОВАНО:



2023г.

УТВЕРЖАЮ:



2023г.

**ПРИМЕРНОЕ ПИКИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ (7-11 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
Г. СЛАВЯНСКА-НА-КУБАНИ И СЛАВЯНСКОГО РАЙОНА**

г. Славянск-на-Кубани

2023 год

КОМПОНОВОЧНАЯ ТАБЛИЦА К МЕНЮ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ ДЛЯ УЧ-СЯ 1-4 КЛАССОВ 2023г.

День 1		День 2		День 3	
Завтрак		Завтрак		Завтрак	
1	Запеканка из творога со ст. мол.	1	Плов из птицы	1	Салат из белокочк кап с огурцом
2	Чай с сахаром	2	Какао на молоке витаминизиров.	2	Коглета особая
3	Кондитерское изделие (мармелад)	3	Хлеб ржано-пшеничный	3	Соус томатный
4	Фрукты свежие (яблоко)	4	Хлеб пшеничный йодированный	4	Каша гречневая
		5	Фрукты свежие (мандарин)	5	Сок(яблочный)
				6	Хлеб пшеничный йодированный
				7	Хлеб ржано-пшеничный
	Обед		Обед		Обед
1	Салат из белокочанной капусты	1	Икра свекольная	1	Помидор в нарезке
2	Суп картофельный с крупой	2	Рассолник ленингр со смет.	2	Суп картофельный с бобовыми
3	Рыба запеченная	3	Омлет с сыром	3	Капуста тушеная с мясом
4	Картофельное пюре	4	Кисель из кураги	4	Чай с лимоном
5	Сок (грушевый)	5	Хлеб пшеничный йодированный	5	Хлеб пшеничный йодированный
6	Хлеб пшеничный йодированный	6	Хлеб ржано-пшеничный	6	Хлеб ржано-пшеничный
7	Хлеб ржано-пшеничный	7	Фрукты свежие(груша)	7	Фрукты свежие(банан)
	Полдник		Полдник		Полдник
1	Запеканка:картофельная с мясом	1	Вареники ленивые со сметаной	1	Салат из белокочанной капусты и свеклы
2	Кофейный напиток на молоке	2	Напиток кисломолочный «Снежок»	2	Тертели
3	Хлеб ржано-пшеничный			3	Кисель из сока
				4	Хлеб пшеничный йодированный

День 4			День 5			День 6		
Завтрак			Завтрак			Завтрак		
1	Салат из моркови по-корейски	60	1	Огурец в нарезке	60	1	Зеленый горошек	60
2	Бефстроганов	50/50	2	Котлета рыбная	90	2	Омлет натуральный	150
3	Макаронные изделия отварные	100	3	Рагу из овощей	150	3	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200
4	Капуста тушеная	50	4	Компот из кураги	200	4	Хлеб пшеничный йодированный	20
5	Компот из свежих яблок	200	5	Хлеб пшеничный йодированный	20	5	Хлеб ржано-пшеничный	20
6	Хлеб пшеничный йодированный	20	6	Хлеб ржано-пшеничный	20	6	Фрукты свежие (груша)	100
7	Хлеб ржано-пшеничный	20						
	Обед			Обед			Обед	
1	Салат из сырых овощей	60	1	Салат из квашеной капусты	60	2	Икра свекольная	60
2	Борщ со сметаной	200/5	2	Суп с клецками	200/50	3	Рассольник ленинградский со смет.	200/10
3	Биточки из говядины	90	3	Плов из птицы	150	4	Гуляш	50/50
4	Картофельное пюре	150	4	Какао на молоке витаминизиров.	200	4	Каша ячневая вязкая	150
5	Кофейный напиток на молоке	200	5	Хлеб пшеничный йодированный	50	5	Сок (земляничный)	200
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	6	Хлеб ржано-пшеничный	30	6	Хлеб пшеничный йодированный	40
7	Хлеб ржано-пшеничный	30				7	Хлеб ржано-пшеничный	30
8	Фрукты свежие (мандарин)	110				8	Кондитерские изделия (мармелад)	30
	Полдник			Полдник			Полдник	
1	Каша пшеничная с фруктами	150/5	1	Рыба запеченная в омлете	100	1	Салат из зеленого горошка	60
2	Компот из свежих яблок	200	2	Чай с повидлом	200/15	2	Котлета из птицы	90
3	Хлеб пшеничный йодированный	20	3	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	Напиток кисло-молочный «Снежок»	200
						4	Хлеб ржано-пшеничный	20

День 7		День 8		День 9				
Завтрак		Завтрак		Завтрак				
1	Помидоры в нарезке	60	1	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1	Сыр порционно	25
2	Тертыели с соусом	60/30	2	Рыба тушеная в томате с овощами	110	2	Каша молочная рисовая	250
3	Картофельное пюре	150	3	Картофель отварной	150	3	Чай с лимоном	200
6	Сок (яблочный)	200	4	Кофейный напиток на молоке	200	4	Булочка «Домашняя»	50
7	Хлеб пшеничный йодированный	20	5	Хлеб пшеничный йодированный	20	5	Хлеб ржано-пшеничный	20
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	6	Хлеб ржано-пшеничный	20			
	Обед		1	Салат из сборных овощей	60	1	Салат из белокочанной капусты с огурцом и кукурузой	60
1	Салат из моркови с черносливом	60	2	Суп-лапша домашняя	200	2	Суп крестьянский с крупой	200
2	Суп с крупой и мясными фрикад.	200/25	3	Виточек из кур	90	3	Рыба запеченная в омлете	100
3	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/40	4	Каша пшеничная вязкая	150	4	Картофельное пюре	150
4	Компот из смеси сухофруктов	200	5	Чай с сахаром	200	5	Сок (земляничный)	200
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	6	Хлеб пшеничный йодированный	40	6	Хлеб пшеничный йодированный	40
6	Хлеб ржано-пшеничный	30	7	Хлеб ржано-пшеничный	30	7	Хлеб ржано-пшеничный	30
			8	Фрукты свежие (яблоко)	110	8	Фрукты свежие (груша)	110
	Полдник							
1	Голубцы-ленивые	100	1	Салат Стенной	100	1	Рагу из овощей	150
2	Чай с молоком	200	2	Бутерброд с сыром	35	2	Компот из свежих яблок	200
3	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	Сок (грушевый)	200	3	Хлеб ржано-пшеничный	20
4	Хлеб пшеничный йодированный	20	4	Хлеб ржано-пшеничный	20			

День 10									
Завтрак									
1	Азу	200							
2	Компот из смеси сухофруктов	200							
3	Хлеб пшеничный йодирован.	20							
4	Хлеб ржано-пшеничный	20							
5	Фрукты свежие (банан)	100							
Обед									
1	Салат из моркови по-корейски	60							
2	Щи из свеж. капусты с картофелем и сметаной	200/5							
3	Котлета из говядины	90							
4	Макароны отварные	150							
5	Какао на молоке витаминизиров.	200							
6	Хлеб пшеничный йодированный	50							
7	Хлеб ржано-пшеничный	30							
Полдник									
1	Напиток кисломолочный «Снежок»	200							
2	Булочка Домашняя	50							
3	Запеканка из макарон с яблоками	150							