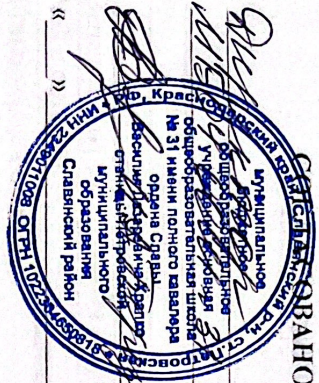
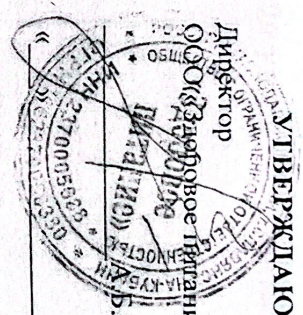


СТАВЯНСКОЕ РАЙОННОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ



2023г.

УТВЕРЖДАЮ:



Б.С. Семенов

2023г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ (С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
Г. СТАВЯНСКА-НА-КУБАНИ И СТАВЯНСКОГО РАЙОНА**

г.Ставянск-на-Кубани

2023 год

КОМПОНОВОЧНАЯ ТАБЛИЦА К МЕНЮ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ ДЛЯ УЧ-СЯ 5-11 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 белокач кап с огурцом	100
2	Чай с сахаром	2	Какао на молоке витаминизиров.	2	Коглета особая	100
3	Кондитерское изделие (мармелад)	3	Хлеб ржано-пшеничный	4	Каша гречневая	180
4	Фрукты свежие (яблоко)	4	Хлеб пшеничный йодированный	5	Сок(яблочный)	200
		5	Фрукты свежие (мандарин)	6	Хлеб пшеничный йодированный	30
				7	Хлеб ржано-пшеничный	30
	Обед		Обед		Обед	
1	Салат из белокочанной капусты	1	Икра свекольная	1	Помидор в нарезке	80
2	Суп картофельный с крупой	2	Рассольник ленингр со смет.	2	Уха с крупной	250/25
3	Рыба запеченная	3	Омлет с сыром	3	Капуста тушеная с мясом	200
4	Картофельное пюре	4	Кисель из кураги	4	Чай с молоком	200
5	Сок (грушевый)	5	Хлеб пшеничный йодированный	5	Хлеб пшеничный йодированный	55
6	Хлеб пшеничный йодированный	6	Хлеб ржано-пшеничный	6	Хлеб ржано-пшеничный	36
7	Хлеб ржано-пшеничный	7	Фрукты свежие(груша)	7	Фрукты свежие(банан)	110
	Полдник		Полдник		Полдник	
1	Запеканка картофельная с мясом	1	Вареники ленивые со сметаной	1	Салат из белокочанной капусты и свеклы	80
2	Кофейный напиток на молоке	2	Напиток кисломолочный «Снежок»	2	Тэфтели	100
3	Хлеб ржано-пшеничный			3	Кисель из сока	200
				4	Хлеб пшеничный йодированный	30

День 4			День 5			День 6		
Завтрак			Завтрак			Завтрак		
1	Салат из моркови по-корейски	100	1	Огурец в нарезке	100	1	Омлет натуральный с зеленым горошком	200
2	Бифстроганов	50/50	2	Котлета рыбная	120	2	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200
3	Макаронные изделия отварные	140	3	Рагу из овощей	180	3	Хлеб пшеничный йодированный	40
4	Капуста тушеная	40	4	Компот из кураги	200	4	Хлеб ржано-пшеничный	30
5	Компот из свежих яблок	200	5	Хлеб пшеничный йодированный	40	5	Фрукты свежие (груша)	110
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	6	Хлеб ржано-пшеничный	30			
	Обед			Обед			Обед	
1	Салат из сырых овощей	80	1	Салат из квашеной капусты	80	1	Икра свекольная	80
2	Борщ со сметаной	250/5	2	Суп с клецками	250/50	2	Сыр порционнно	15
3	Биточки из говядины	100	3	Плов из птицы	200	3	Рассольник ленинградский со смет.	250/10
4	Картофельное пюре	180	4	Какао на молоке витаминизиров.	200	4	Гуляш	50/50
5	Кофейный напиток на молоке	200	5	Хлеб пшеничный йодированный	55	5	Каша ячневая вязкая	180
6	Хлеб пшеничный йодированный	55	6	Хлеб ржано-пшеничный	36	6	Сок (земляничный)	200
7	Хлеб ржано-пшеничный	36				7	Хлеб пшеничный йодированный	55
8	Фрукты свежие (мандарин)	110				8	Хлеб ржано-пшеничный	36
	Полдник			Полдник			Полдник	
1	Каша пшеничная с фруктами	200	1	Рыба запеченная в омлете	100	1	Салат из зеленого горошка	80
2	Компот из свежих яблок	200	2	Чай с повидлом	200/15	2	Котлета из птицы	90
3	Хлеб пшеничный йодированный	30	3	Хлеб ржано-пшеничный	24	3	Напиток кисломологичный «Снежок»	200
						4	Хлеб ржано-пшеничный	24

День 7		День 8		День 9				
Завтрак		Завтрак		Завтрак				
1	Помидоры в нарезке	100	1	Салат из свежих с зеленым горошком	100	1	Сыр порционно	30
2	Тертели с соусом	90/30	2	Рыба тушеная в томате с овощами	70/50	2	Суп молочный с крупой	300
3	Картофельное пюре	180	3	Картофель отварной	180	3	Чай с лимоном	200
6	Сок (яблочный)	200	4	Кофейный напиток на молоке	200	4	Булочка «Домашняя»	50
7	Хлеб пшеничный йодированный	40	5	Хлеб пшеничный йодированный	20	5	Хлеб ржано-пшеничный	30
8	Хлеб ржано-пшеничный	30	6	Хлеб ржано-пшеничный	30			
	Обед			Обед			Обед	
1	Салат из моркови с черносливом	80	1	Салат из сборных овощей	80	1	Салат из белокочанной капусты с огурцом и кукурузой	80
2	Суп с крупной и мясными фрикад.	250/25	2	Суп-лапша домашняя	250	2	Суп крестьянский с крупой	250
3	Сырники из творога со сливочным молоком	180/40	3	Биточек из кур	100	3	Рыба запеченная с картофелем	225
4	Компот из смеси сухофруктов	200	4	Каша пшеничная вязкая	180	5	Сок (земляничный)	200
5	Хлеб пшеничный йодированный	55	5	Чай с сахаром	200	6	Хлеб пшеничный йодированный	55
6	Хлеб ржано-пшеничный	36	6	Хлеб пшеничный йодированный	55	7	Хлеб ржано-пшеничный	36
7	Фрукты свежие (груша)	110	7	Хлеб ржано-пшеничный	36	8	Фрукты свежие (груша)	110
			8	Фрукты свежие (яблоко)	110	9	Кондитерское изделие (печенье)	45
	Полдник			Полдник			Полдник	
1	Голубцы ленивые	120	1	Салат Стенной	100	1	Рагу из овощей	150
2	Чай с молоком	200	2	Булерброд с сыром	35	2	Компот из свежих фруктов	200
3	Хлеб ржано-пшеничный	24	3	Сок (грушевый)	200	3	Хлеб ржано-пшеничный	24
4	Хлеб пшеничный йодированный	20	4	Хлеб ржано-пшеничный	20			

