

Утверждаю

Директор школы
Гаргарина Н.В.



12.13.14
10.05.2025

МЕНЮ

12-17 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
Завтрак						
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СЛШ) 15	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ДЖЕМ 20	ЙОГУРТ 120	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СЛШ) 15	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (СЛШ) 50	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СЛШ) 200/5	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СЛШ) 200/5	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СЛШ) 200/5	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СЛШ) 200/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СТУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200/20	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СЛШ) 200/5	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 200/5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (СЛШ) 200	КАКАО С МОЛОКОМ (СЛШ) 200	ЦИКОРИЙ С МОЛОКОМ (СЛШ) 200	КАКАО С МОЛОКОМ (СЛШ) 200	ЦИКОРИЙ С МОЛОКОМ (СЛШ) 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (СЛШ) 200	ЦИКОРИЙ С МОЛОКОМ (СЛШ) 200
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (СЛШ) 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ 60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ (СЛШ) 250/5	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (СЛШ) 250/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ (СЛШ) 250/5	РАССОЛНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (СЛШ) 250/5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ (СЛШ) 250/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С МЯСОМ (СЛШ) 250/5	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (СЛШ) 250/5
ГУЛЯШ (СЛШ) 50/75	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ (СЛШ) 50/50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ (СЛШ) 200/50	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (СЛШ) 100	КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СЛШ) 250/5	ГОЛУЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (СЛШ) 200/50	ГУЛЯШ (СЛШ) 50/75
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СЛШ) 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СЛШ) 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (СЛШ) 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СЛШ) 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (СЛШ) 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СЛШ) 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СЛШ) 200
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (СЛШ) 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СЛШ) 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С" 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (СЛШ) 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40

БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80
Полдник			
ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 40	БУЛОЧКА "СЛАСТЕНА" 70	ПЕЧЕНЬЕ 40
ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15	СОК 200	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ (СЛШ) 200/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15
ЯБЛОКО 100	ГРУША 100	МАНДАРИН 100	АПЕЛЬСИН 100
Ужин			
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (СЛШ) 100	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (СЛШ) 60	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (СЛШ) 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (СЛШ) 200	ПЛОВ (СЛШ) 250	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ (СЛШ) 250	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 50/50
ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/10	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СЛШ) 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80
Ужин 2			
КЕФИР (СЛШ) 200	СНЕЖОК (СЛШ) 200	РЯЖЕНКА (СЛШ) 200	ЙОГУРТ (СЛШ) 200
СНЕЖОК (СЛШ) 200	РЯЖЕНКА (СЛШ) 200	СНЕЖОК (СЛШ) 200	РЯЖЕНКА (СЛШ) 200
ЙОГУРТ (СЛШ) 200	ЙОГУРТ (СЛШ) 200	ЙОГУРТ (СЛШ) 200	ЙОГУРТ (СЛШ) 200

Утверждаю
Директор школы
Гарина Н.В.

МЕНЮ
12-17 лет

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
Завтрак						
Масло (порциями) 10	Масло (порциями) 10	Масло (порциями) 10	Масло (порциями) 10	Масло (порциями) 10	Масло (порциями) 10	Бутерброд горячий с сыром (слш) 50
Сыр (порциями) (слш) 15	Йогурт 120	Сыр (порциями) (слш) 15	Сыр (порциями) (слш) 15	Джем 20	Сыр (порциями) (слш) 15	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным (слш) 200/5
Каша ячневая вязкая с маслом сливочным (слш) 200/5	Омлет натуральный (слш) 150	Каша "дружба" молочная жидкая с маслом сливочным (слш) 200/5	Запеканка из творога со сгущенным молоком 180/20	Каша молочная из хлопьев овсяных "теркулес" жидкая с маслом сливочным (слш) 200/5	Каша гречневая вязкая на молоке с маслом сливочным (слш) 200/5	Какао с молоком (слш) 200
Какао с молоком (слш) 200	Цикорий с молоком (слш) 200	Кофейный напиток с молоком (слш) 200	Какао с молоком (слш) 200	Цикорий с молоком (слш) 200	Кофейный напиток с молоком (слш) 200	Батон йодированный 80
Батон йодированный 80	Батон йодированный 80	Батон йодированный 80	Батон йодированный 80	Батон йодированный 80	Батон йодированный 80	Хлеб ржаной 30
Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	
Обед						
Огулец свежий 60	Огулец соленый (слш) 60	Помидор свежий 60	Сельдь с луком 70	Огулец свежий 60	Помидор свежий 60	Огулец свежий 60
Борщ сибирский с фасолью с мясом со сметаной (слш) 250/5	Суп крестьянский с крутой с мясом со сметаной (слш) 250/5	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной (слш) 250/5	Суп картофельный с зеленым горошком с мясом (слш) 250/5	Суп из овощей с фасолью с мясом со сметаной (слш) 250	Мясо тушеное (слш) 50/75	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной (слш) 250/5
Котлеты рубленые (слш) 100	Печень тушеная в соусе (слш) 50/50	Рыба запеченная (филе) (слш) 100	Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным (слш) 250	Макаронные изделия отварные (слш) 200	Рассольник пенинградский с мясом со сметаной (слш) 250/5	Жаркое по- домашнему (слш) 250
Рату овощное с маслом сливочным (слш) 200/5	Пюре картофельное (слш) 200	Рис отварной (слш) 200	Компот из свежих яблок с витаминном "С" 200	Котлеты рубленые (слш) 100	Рис отварной (слш) 200	Компот из смеси сухофруктов (слш) 200

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 200	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (СЛШ) 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (СЛШ) 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (СЛШ) 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	
Полдник						
ПРЯНИКИ 40	ВАФЛИ 30	ПЕЧЕНЬЕ 40	БУЛОЧКА "СЛАСТЕНА" 70	ПРЯНИКИ 40	МОРОЖЕНОЕ 80	ВАФЛИ 30
ЧАЙ (СЛШ) 200	СОК 200	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/10	СОК 200	СОК 200		СОК 200
АПЕЛЬСИН 100	МАНДАРИН 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	КИВИ 100	ГРУША 100		АПЕЛЬСИН 100
Ужин						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (СЛШ) 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 60	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 60	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ГУЛЯШ (СЛШ) 50/75
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (СЛШ) 100/50	ПЛОВ (СЛШ) 250	ГУЛЯШ (СЛШ) 50/75	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (СЛШ) 100/50	ПЛОВ (СЛШ) 250	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ (ФИЛЕ) (СЛШ) 90	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СЛШ) 150
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ (СЛШ) 150	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/10	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СЛШ) 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СЛШ) 150	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (СЛШ) 200	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15
ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ (СЛШ) 200/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 80	
Ужин 2						
КЕФИР (СЛШ) 200	ЙОГУРТ (СЛШ) 200	СНЕЖОК (СЛШ) 200	РЯЖЕНКА (СЛШ) 200	ЙОГУРТ (СЛШ) 200	СНЕЖОК (СЛШ) 200	