Приказом директора МАОУ СОШ № 6 № 89-о от 22.08.2022г.

## ПРИМЕРНОЕ ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

П	Завтрак	2-ой завтрак	Обед	Полдник
1 день	Суп молочный с	Фрукт в	Свекла отварная с маслом растительным маслом	Сырники с морковью
	макаронными изделиями		Рассольник «Домашний» с курицей со сметаной	запеченные, с молоком
	Бутерброд с маслом		Рыба запечённая, овощи припущенные	сгущенным
		производства	Компот из свежих плодов	Кисломолочный напиток в
	1		Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	ассортименте
			Хлеб ржаной	
	Омлет натуральный или	Сок в	Салат из моркови и яблок	Каша из овсяных хлопьев
,4	яичная кашка натуральная	ассортименте	Суп гороховый с гренками с мясом	«Геркулес» жидкая.
пень	Овощи на подгарнировку -		Овощи тушеные с мясом отварным	Какао с молоком
2 1			Компот из смеси сухофруктов	
	Бутерород с маслом и сыром		Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	
	Чай с сахаром		Хлеб ржаной.	
	Запеканка из творога с	Отвар	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком или салат	Фрукт в ассортименте
	молоком сгущенным	шиповника.	из огурцов с маслом	Шанежка с картофелем или
بر	Бутерброд с джемом или		Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом	мучное изделие
Пень	повидлом.		Котлета полтавская из говядины, запеченная с соусом сметанным	промышленного
\ \tag{\tau}			с томатом, макароны отварные с овощами	производства
(,,	<b>'</b>		Кисель из свежих ягод	Сок в ассортименте
			Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	
			Хлеб ржаной	76
	Суп молочный с крупой	Фрукт в	Салат из свеклы с сыром	Макароны с сыром и
	Яйцо вареное	ассортименте	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	маслом
1	Бутерброд с маслом.		Печень тушеная с овощами, рис припущенный	Кондитерское изделие
Пенк	Чай с лимоном		Компот из кураги	промышленного
4			Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	производства (печенье
			Хлеб ржаной	затяжное или сахарное) Кисломолочный напиток в
				ассортименте
	Каша 5 злаков жидкая	Сок в	Салат картофельный с огурцами	Ватрушка царская с
	или	ассортименте	Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной	молоком сгущенным
1			Шницель рыбный натуральный, соус молочный	Кисломолочный напиток в
пень	«Геркулес» жидкая.		Пюре картофельное	ассортименте
\ \rac{1}{V}			Компот из свежих яблок	1
4,	Кофейный напиток.		Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	
	1		Хлеб ржаной	

6 день	Омлет натуральный или яичная кашка натуральная, овощи на подгарнировку — горошек зеленый консервированный Бутерброд с джемом или повидлом Чай с молоком	Сок в ассортименте	Салат из моркови с кукурузой Суп картофельный с курицей Говядина, тушенная с капустой Кисель из свежих ягод Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный. Хлеб ржаной	Каша манная жидкая Молоко питьевое кипяченое
7 день	Хлеб пшеничный Каша «Дружба» Бутерброд с маслом Чай с лимоном Хлеб пшеничный	Фрукт в ассортименте или фруктовое пюре промышленного производства	Овощное детское пюре промышленного производства в ассортименте или нарезка из свеклы отварной Суп из овощей с мясом со сметаной Тефтели, запеченные в соусе томатном с овощами, картофель отварной с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный. Хлеб ржаной	Пюре из бобовых Мучное изделие промышленного производства Чай с сахаром
8 день	Суп молочный с макаронными изделиями Бутерброд с сыром Кофейный напиток	Отвар шиповника	Салат из свежих помидоров или салат из соленых огурцов с луком Суп крестьянский с крупой с мясом со сметаной Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом Пюре картофельное Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный. Хлеб ржаной	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) Кондитерское изделие промышленного производства (печенье затяжное или сахарное) Молоко питьевое кипяченое
9 день	Каша манная жидкая Бутерброд с джемом или повидлом Чай с сахаром	Фрукт в ассортименте или фруктовое пюре промышленного производства	Салат из капусты белокочанной с морковью или салат из моркови и свеклы с зеленым горошком Суп картофельный с мелкошинкованными овощами с мясом со сметаной Суфле из печени, каша гречневая рассыпчатая Компот из кураги Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный. Хлеб ржаной	Запеканка из творога с молоком сгущенным Мучное изделие промышленного производства в ассортименте Кисломолочный напиток в ассортименте
10 день	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая Бутерброд с маслом Чай с лимоном	_	Яйца вареные Кукуруза консервированная (после термической обработки) Суп-пюре из картофеля с курицей Биточки рубленые из птицы припущенные, капуста тушеная Кисель из свежих ягод Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный. Хлеб ржаной	Суфле из говядины с рисом Мучное изделие промышленного производства Кисломолочный напиток промышленного производства

	Каша кукурузная жидкая	Фрукт в	Салат из свеклы с огурцами	Макароны с сыром и
9	Бутерброд с маслом	ассортименте	Уха с крупой	маслом
день	Кофейный напиток	или фруктовое	Шницель из говядины, пюре картофельное	Кондитерское изделие
		пюре	Компот из смеси сухофруктов	промышленного
11		промышленного	Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	производства
		производства	Хлеб ржаной	Сок в ассортименте
	Каша пшенная жидкая	Сок в	Салат из отварных овощей с маслом растительным	Запеканка морковная с
	Бутерброд с джемом или	ассортименте	Суп картофельный с клецками с курицей	творогом со сгущенным
<u>_</u>	повидлом		Голубцы ленивые, запеченные с соусом сметанным с томатом	молоком
день	Чай с молоком		Компот из свежих ягод	Мучное изделие
2 д			Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	промышленного
12			Хлеб ржаной	производства
				Кисломолочный напиток в
				ассортименте
	Каша гречневая вязкая	Фрукт в	Яйца вареные	Рис припущенный с
	Бутерброд с маслом	ассортименте	Салат из свежих помидоров или салат из свеклы с зеленым	овощами «Мозаика»
<u>_</u>	Чай с лимоном	или фруктовое	горошком	Мучное изделие
день		пюре	Суп картофельный с крупой с мясом	промышленного
3 д		промышленного	Рыба припущенная, в сметане, овощи припущенные	производства в
17		производства	Компот из кураги	ассортименте
			Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	Чай с сахаром
			Хлеб ржаной	
	Суфле творожное	Сок в	Пюре из цветной капусты или капусты брокколи или салат из	Каша 5 злаков жидкая
	Соус молочный сладкий	ассортименте	огурцов с маслом или салат из моркови с кукурузой	Молоко питьевое
день	Бутерброд с сыром		Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной	кипяченое
	Чай с сахаром		Котлеты по - хлыновски, овощи, запеченные с яйцом	
4			Компот из свежих плодов	
			Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	
			Хлеб ржаной	
	Каша пшенная жидкая	Фрукт в	Салат из капусты белокочанной или салат из квашеной капусты с	Пюре из бобовых
ا م	Бутерброд с джемом или	ассортименте	луком или свекла отварная с маслом растительным	Мучное изделие
день	повидлом	или фруктовое	Суп картофельный с мелкошинкованными овощами со сметаной	промышленного
	Чай с молоком	пюре	Печень говяжья по-строгановски, пюре картофельное	производства в
15		промышленного	Кисель из свежих ягод	ассортименте
		производства	Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	Чай с сахаром
			Хлеб ржаной	

	Суп молочный с	Сок в	Винегрет овощной	Запеканка из творога с
	макаронными изделиями	ассортименте	Суп-пюре из капусты с мясом	молоком сгущенным
<b>P</b>	Бутерброд с маслом		Гуляш,	Мучное изделие
день	Чай с лимоном		Каша гречневая рассыпчатая	промышленного
Ĭ			Компот из смеси сухофруктов	производства в
16			Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	ассортименте
			Хлеб ржаной	Кисломолочный напиток в
				ассортименте
	Омлет натуральный или	Сок в	Салат из огурцов с маслом или салат из соленых огурцов с луком	Каша из овсяных хлопьев
	яичная кашка натуральная	ассортименте	Суп картофельный с фасолью с мясом	"Геркулес" жидкая
<b>P</b>	Овощи на подгарнировку -	1	Котлета рыбная натуральная запеченная	Какао с молоком
день	кукуруза консервированная		Картофель отварной с маслом	
Ĭ	после термической		Компот из свежих яблок	
17	обработки		Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный	
	Бутерброд с сыром		Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	
	Чай с сахаром		Хлеб ржаной	
	Каша рисовая жидкая	Фрукт в	Салат из свежих помидоров или салат из моркови и яблок	Сырники из творога
	Бутерброд с джемом или	ассортименте	Суп-пюре из разных овощей с мясом	запеченные с молоком
HP	повидлом	или фруктовое	Печень тушеная в соусе	сгущенным
день	Чай с молоком	пюре	Макароны отварные с овощами	Кисломолочный напиток в
18		промышленного	Кисель из свежих ягод	ассортименте
_		производства	Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	
		1 ,,	Хлеб ржаной	
	Каша молочная ассорти	Сок в	Салат Витаминный	Макароны с сыром и
	(пшенично-кукурузная)	ассортименте	Суп-пюре из птицы	маслом
P	Бутерброд с маслом		Шницель рыбный натуральный	Кондитерское изделие
день	Кофейный напиток		Пюре картофельное	промышленного
	-		Компот из смеси сухофруктов	производства
19			Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	Кисломолочный напиток в
			Хлеб ржаной	ассортименте
				D II
	Суп молочный с крупой	Сок в	Салат картофельный с огурцами	Ватрушка «Царская» с
P	Бутерброд маслом с сыром	ассортименте	Уха рыбацкая	молоком сгущенным
день	Чай с молоком		Биточки рубленые из птицы припущенные	Сок в ассортименте
	Хлеб пшеничный или		Капуста тушеная	
20	хлеб пшеничный		Компот из изюма	
	витаминизированный.		Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный витаминизированный.	
	Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	