

Утверждаю:

Директор ГБОУ «ДШИ»


Г. А. Падерина


« 12 » 05/24 2024г.



Меню 10- ти дневное
Весеннее - летнее для категории детей
с 11 – 18лет



Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта	
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша "Дружба"	240	102	Каша манная молочная жидкая	220	107	Суп молочный с макаронными изделиями	240	53	Овощи натуральные	100	246	Овощи натуральные	100	246
Бутерброды с маслом (2 вариант)	70	380	Бутерброды с сыром (1 вариант)	80	376	Бутерброды с маслом (2 вариант)	70	380	Омлет натуральный	200	132	Каша рисовая молочная жидкая	200	114
Какао с молоком (1 вариант)	200	269	Чай с молоком (2 вариант)	200	297	Кофейный напиток с молоком (2 вариант)	200	287	Бутерброды с сыром (1 вариант)	70	376	Бутерброды с маслом (2 вариант)	70	380
Пряник	40	0	Фрукты и ягоды свежие	50	89	Яйцо вареное	40	139	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	293	Чай с молоком (2 вариант)	180	298
Второй завтрак			Второй завтрак			Второй завтрак			Второй завтрак			Второй завтрак		
Бутерброды с джемом или повидлом (2 вариант)	40	382	Бананы	200	0	Кефир, ацидофилин, ряженка, простокваша	200	272	Апельсины	200	0	Йогурт питьевой	200	0
Снежок	180	0												
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Икра кабачковая	100	0	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	18	Салат из свеклы с чесноком	100	28	Икра кабачковая	100	0	Винегрет овощной	100	1
Рассольник ленинградский	250	42	Борщ с капустой и картофелем	250	37	Суп картофельный с рыбой	250	50	Суп-лапша домашняя	250	56	Щи из свежей капусты с картофелем	250	63
Плов из отварной говядины	200	193	Мясо тушеное	100	191	Котлеты, биточки, шницели	100	189	Птица тушеная	100	213	Котлеты или биточки рыбные	100	161
Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	274	Картофельное пюре	180	241	Пюре из гороха с маслом	180	130	Капуста тушеная	180	235	Соус сметанный	20	263
Хлеб пшеничный	50	10	Соки овощные, фруктовые, ягодные	210	293	Компот из смеси сухофруктов	180	283	Компот из апельсинов с яблоками	180	278	Макаронные изделия отварные	180	227
Хлеб ржаной	40	МЦ614	Хлеб пшеничный	50	10	Хлеб пшеничный	50	10	Хлеб пшеничный	40	10	Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	274
			Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб ржаной	40	МЦ614	Хлеб пшеничный	50	10
												Хлеб ржаной	35	МЦ614
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Сдоба	80		Запеканка из творога	150	141	Шанежка с картофелем	60	340	Сырники из творога	110	154	Бутерброды пикантные (горячие)	80	384
Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	293	Йогурт питьевой	200	0	Молоко кипяченое	200	288	Молоко сгущенное	40	0	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	180	286
Мандарин	70	0										Мандарин	90	0
УЖИН 1			УЖИН 1			УЖИН 1			УЖИН 1			УЖИН 1		
Овощи натуральные	100	246	Салат картофельный с огурцами солеными или капустой	100	32	Овощи натуральные соленные	100	247	Салат из свеклы отварной	100	23	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	18
Запеканка овощная	240	79	Рыба тушеная в томате с овощами	100	172	Птица отварная	100	212	Жаркое по-домашнему	250	181	Зразы картофельные с овощами	230/9	80
Бутерброды с маслом (2 вариант)	40	380	Каша пшеничная молочная жидкая	180	112	Рагу из овощей	180	92	Бутерброды с маслом (2 вариант)	40	380	Соки овощные, фруктовые, ягодные	210	293
Напиток из шиповника	180	289	Компот из плодов или ягод сушеных	180	280	Соки овощные, фруктовые, ягодные	210	293	Чай с лимоном	180	294	Хлеб пшеничный	30	10
Хлеб ржаной	40	МЦ614	Хлеб пшеничный	40	10	Хлеб ржаной	40	МЦ614	Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб ржаной	40	МЦ614
			Хлеб ржаной	30	МЦ614									



Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта	
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша из хлопьев овсяных	240	109	Овощи натуральные	100	246	Каша манная молочная жидкая	230	107	Суп молочный с макаронными изделиями	270	53	Запеканка из творога	240	141
"Геркулес" жидкая			Омлет натуральный	200	132	Бутерброды с маслом (2 вариант)	70	380	Бутерброды с сыром (1 вариант)	80	376	Молоко сгущенное	40	0
Бутерброды с маслом (2 вариант)	60	380	Бутерброды с сыром (1 вариант)	60	376	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	200	286	Чай с лимоном	200	294	Бутерброды с маслом (2 вариант)	70	380
Чай с молоком (2 вариант)	200	298	Какао с молоком (1 вариант)	190	269	Вафли	50	0				Напиток из шиповника	200	289
Плоды и ягоды свежие	50	89												
Второй завтрак			Второй завтрак			Второй завтрак			Второй завтрак			Второй завтрак		
Бутерброды с джемом или повидлом (1 вариант)	30	381	Апельсины	200	0	Яблоки	200	0	Бананы	200	0	Снежок	200	0
Йогурт питьевой	180	0												
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	18	Салат картофельный с зеленым горошком	100	31	Икра кабачковая	100	0	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	18	Салат из свеклы с яблоками	100	29
Суп картофельный с бобовыми	250	45	Суп картофельный с рыбой	250	50	Суп-лапша домашняя	250	56	Свекольник	250	43	Суп картофельный с рыбой	250	50
Жаркое по-домашнему	200	181	Котлеты, биточки, шницели	100	189	Рагу из птицы	200	214	Рыба тушеная в томате с овощами	100	172	Голубцы ленивые	100	178
Соки овощные, фруктовые, ягодные	210	293	Калуста тушеная	180	235	Компот из смеси сухофруктов	180	283	Макаронные изделия отварные	180	227	Картофельное пюре	180	241
Хлеб пшеничный	50	10	Компот из свежих плодов или ягод	180	282	Хлеб пшеничный	50	10	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	293	Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	274
Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб пшеничный	50	10	Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб пшеничный	40	10	Хлеб пшеничный	50	10
			Хлеб ржаной	35	МЦ614				Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб ржаной	35	МЦ614
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Булочка "Веснушка"	50	307	Сырники из творога	120	154	Булочка молочная	60	314	Сдоба	150		Гренки с сыром	50	76
Молоко кипяченое	200	288	Молоко сгущенное	30	0	Йогурт питьевой	200	0	Молоко кипяченое	200	288	Чай с сахаром, вареньем, медом	180	300
Мандарин	80	0	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	293	Мандарин	90	0				Яблоки	120	0
УЖИН 1			УЖИН 1			УЖИН 1			УЖИН 1			УЖИН 1		
Салат из свеклы с чесноком	100	28	Овощи натуральные соленые	100	247	Салат из свеклы отварной	100	23	Винегрет овощной	100	1	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	18
Рыба жареная	100	164	Запеканка овощная	250	79	Мясо тушеное	100	191	Плов из отварной говядины	250	193	Рыба (филе) отварная	100	163
Рис отварной	180	224	Чай с сахаром, вареньем, медом	180	300	Каша гречневая рассыпчатая	180	219	Какао с молоком (1 вариант)	180	269	Калуста тушеная	180	235
Кисель из плодового или ягодного концентрата	200	274	Хлеб пшеничный	35	10	Чай с молоком (2 вариант)	180	297	Хлеб пшеничный	40	10	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	293
Хлеб пшеничный	40	10	Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб пшеничный	30	10	Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб пшеничный	40	10
Хлеб ржаной	30	МЦ614				Хлеб ржаной	35	МЦ614				Хлеб ржаной	40	МЦ614