

Утверждаю:

Директор ГБОУ «ДШИ»

Г. А. Падерина  
«22» апреля 2024г.



**Меню 10- ти дневное  
весеннее –летнее для категории детей  
с 7– 11 лет**







Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша из хлопьев овсяных	190	109	Овощи натуральные	70	246	Каша манная молочная жидкая	195	107	Суп молочный с макаронными изделиями	220	53	Запеканка из творога	200	141
"Геркулес" жидкая			Омлет натуральный	190	132	Бутерброды с маслом (2 вариант)	70	380	Бутерброды с сыром (1 вариант)	80	376	Молоко сгущенное	30	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)	180	269	Вафли	35	0				Напиток из шиповника	200	289
Фрукты и ягоды свежие	50	89												
<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>			<b>Второй завтрак</b>		
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												
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	18	Салат картофельный с зеленым горошком	60	31	Икра кабачковая	60	0	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	18	Салат из свеклы с яблоками	60	29
Суп картофельный с бобовыми	200	45	Суп картофельный с рыбой	200	50	Суп-лапша домашняя	200	56	Свекольник	200	43	Суп картофельный с рыбой	200	50
Жаркое по-домашнему	200	181	Котлеты, биточки, шницели	90	189	Рагу из птицы	200	214	Рыба тушеная в томате с овощами	90	172	Голубцы ленивые	90	178
Соки овощные, фруктовые, ягодные	210	293	Капуста тушеная	150	235	Компот из смеси сухофруктов	180	283	Макаронные изделия отварные	150	227	Картофельное пюре	150	241
Хлеб пшеничный	40	10	Компот из свежих плодов или ягод	180	282	Хлеб пшеничный	40	10	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	293	Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	274
Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб пшеничный	30	10	Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб пшеничный	30	10	Хлеб пшеничный	30	10
			Хлеб ржаной	35	МЦ614				Хлеб ржаной	35	МЦ614	Хлеб ржаной	35	МЦ614
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Булочка "Веснушка"	50	307	Сырники из творога	80	154	Булочка молочная	60	314	Сдоба	100		Гренки с сыром	20	76
Молоко кипяченое	190	288	Молоко сгущенное	20	0	Йогурт питьевой	180	0	Молоко кипяченое	200	288	Чай с сахаром, вареньем, медом	180	300
Мандарин	60	0	Соки овощные, фруктовые, ягодные	200	293	Мандарин	60	0				Яблоки	100	0
<b>УЖИН 1</b>			<b>УЖИН 1</b>			<b>УЖИН 1</b>			<b>УЖИН 1</b>			<b>УЖИН 1</b>		
Салат из свеклы с чесноком	60	28	Овощи натуральные соленные	60	247	Салат из свеклы отварной	60	23	Винегрет овощной	60	1	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	18
Рыба жареная	90	164	Запеканка овощная	210	79	Мясо тушеное	90	191	Плов из отварной говядины	220	193	Рыба (филе) отварная	100	163
Рис отварной	150	224	Чай с сахаром, вареньем, медом	180	300	Каша гречневая рассыпчатая	150	219	Какао с молоком (1 вариант)	180	269	Калуста тушеная	150	235
Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	274	Хлеб пшеничный	30	10	Чай с молоком (2 вариант)	180	297	Хлеб пшеничный	30	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	30	10
Хлеб ржаной	30	МЦ614				Хлеб ржаной	35	МЦ614				Хлеб ржаной	35	МЦ614