

1 день

Наименование

Понед

1 завтрак

Наименование	Масса (г)	Плотность (г/мл)		Запрещено	Всего
		Вода	Жиры		
Молоко	100	1,03	0,03		103,3
Хлеб	20	1,2	0,1		24,0
Сметана	20	0,91	0,1		18,2
Итого:		12,53	0,13		128,5

Утверждено:
 Директор МБОУ СОШ с. Становое
 (А.А. Божевольнов)



2 завтрак

Яблоко	100	0,8	0,1		80,0
Салат	100	0,9	0,1		90,0
Итого:		1,7	0,2		170,0

Обед

Суп куриный	100	1,0	0,1		101,0
Гречка с маслом	100	1,1	0,1		111,0
Пюре картофельное	100	1,0	0,1		101,0
Пюре морковное	100	1,0	0,1		101,0
Сыр	10	1,2	0,1		12,0
Итого:		4,3	0,4		437,0

**Примерное 10-ти дневное меню
 для детей от 3 до 7 лет
 (режим пребывания 10,5 часов)
 муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
 средней общеобразовательной школы с.Становое (дошкольная группа)
 по адресу: ул. Новая, д.1 «А»
 I квартал 2017 г.**

Полдник

Сырники с сахаром	100	1,1	0,1		111,0
Чай с сахаром	100	1,0	0,1		101,0
Итого:		2,1	0,2		212,0
Итого за день:		12,53	1,43		1285,0

	завтрак	2-ой завтрак	обед	полдник
1 день понедельник	<ol style="list-style-type: none"> 1. Макароны изделия отварные с сахаром 2. Какао с молоком(сгущенным) 3. Бутерброд с джемом или повидлом 	Фрукты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Солёный огурец 2. Суп картофельный с клецками 3. Печень по-строгановски 4. Пюре картофельное 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб рж/пш «Урожайный» 7. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сырники творожные запеченные 2. Чай витаминизированный
2 день вторник	<ol style="list-style-type: none"> 1. Омлет натуральный 2. Кофейный напиток с молоком 3. Бутерброд с маслом 4. Хлеб пшеничный 	Сок фруктовый	<ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из свежей капусты 2. Суп – уха 3. Жаркое по-домашнему 4. Компот из свежих фруктов 5. Хлеб рж/пш «Урожайный» 6. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Булочка домашняя 2. Кисломолочный продукт
3 день среда	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша молочная геркулесовая 2. Чай с сахаром 3. Бутерброд с сыром 	Фрукты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Винегрет с растительным маслом 2. Борщ на мясном бульоне 3. Шницель, из отварной курицы запеченный с соусом 4. Каша гречневая рассыпчатая 5. Кисель 6. Хлеб рж/пш «Урожайный» 7. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Печенье 2. Молоко кипяченое
4 день четверг	<ol style="list-style-type: none"> 1. Суп молочный вермишелевый 2. Какао с молоком 3. Бутерброд с джемом или повидлом 	Сок фруктовый	<ol style="list-style-type: none"> 1. Солёный огурец 2. Суп гороховый с гречками 3. Фрикадельки мясные 4. Рис отварной 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб рж/пш «Урожайный» 7. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Пудинг творожный со сметаной 2. Чай витаминизированный

5 день пятница	1. Каша вязкая молочная «Дружба» 2. Кофейный напиток с молоком сгущенным 3. Бутерброд с маслом и сыром	Фрукты	1. Салат из отварной моркови с чесноком 2. Рассольник ленинградский с мясом 3. Тефтели рыбные с соусом 4. Пюре картофельное 5. Компот из свежих фруктов 6. Хлеб рж/пш «Урожайный» 8. Хлеб пшеничный	1. Яйцо отварное 2. Кисломолочный продукт 3. Булочка «Веснушка» 4. Хлеб рж/ пш. «Урожайный»
6 день понедельник	1. Каша гречневая рассыпчатая с сахаром 2. Чай витаминизированный 3. Бутерброд с маслом	Сок фруктовый	1. Икра кабачковая 2. Суп картофельный, с бобовыми 3. Гуляш 4. Макароны изделия отварные 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб рж/пш «Урожайный» 7. Хлеб пшеничный	1. Запеканка из творога с молоком сгущенным 2. Кисель
7 день вторник	1. Каша молочная с хлопьями овсяными 2. Какао с молоком 3. Бутерброд с джемом или повидлом	Фрукты	1. Соленый огурец 2. Щи из свежей капусты с мясом 3. Рыбная котлета с соусом 4. Пюре картофельное 5. Компот из свежих фруктов 6. Хлеб рж/пш. «Урожайный» 7. Хлеб пшеничный	1. Яйцо отварное 2. Молоко кипяченое 3. Булочка «Веснушка» 4. Хлеб пшеничный
8 день среда	1. Суп молочный «Янтарный» 2. Кофейный напиток с молоком 3. Бутерброд с маслом и сыром	Сок фруктовый	1. Винегрет с растительным маслом 2. Суп с вермишелью на курином бульоне 3. Овощное рагу с курицей отварной 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб рж/пш «Урожайный» 6. Хлеб пшеничный	1. Печенье 2. Кисломолочный продукт

9 день четверг	<ol style="list-style-type: none"> 1. Каша молочная манная 2. Какао с молоком 3. Бутерброд с маслом 	Фрукты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из зеленого горошка с луком 2. Рассольник ленинградский с мясом 3. Печень, тушенная в красном основном соусе 4. Каша гречневая рассыпчатая 5. Компот из свежих фруктов 6. Хлеб рж/пш «Урожайный» 7. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сырники творожные запеченные 2. Кисель
10 день пятница	<ol style="list-style-type: none"> 1. Омлет натуральный 2. Кофейный напиток с молоком (сгущенным) 3. Бутерброд с сыром 4. Хлеб пшеничный 	Сок фруктовый	<ol style="list-style-type: none"> 1. Салат из отварной свеклы с чесноком 2. Суп рыбный из консервов 3. Пюре картофельное пюре 4. Голубцы ленивые 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб рж/пш «Урожайный» 7. Хлеб пшеничный 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Булочка домашняя 2. Кисломолочный продукт