Разработано
врачом-диетологом
Л.Н. Балашовой

Утверждено
приказом ГБОУ РК «Школа-интернат №24»
от 25 января 2022 года №16-од (приложение №6)
директор М.Н. Кузьмина

Кузьмина Марина Николаевна
Подписано цифровой подписью: Кузьмина Марина Николаевна
Дата: 2022.01.25 15:58:20 +03'00'

Индивидуальное меню № 1,
с исключением *молочных и кисломолочных продуктов,*
основное (организованное), десятидневное, на период весна-лето, возрастная категория 7-11 лет, двухразовое питание

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С ЯЙЦОМ БЕЗ МАСЛА 100	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ БЕЗ МАСЛА 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	БУТЕРБРОД С КУРОЙ ОТВАРНОЙ БЕЗ МАСЛА 100	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ БЕЗ МАСЛА 100	БУТЕРБРОД С ЯЙЦОМ БЕЗ МАСЛА 100	БУТЕРБРОД С КУРОЙ ОТВАРНОЙ БЕЗ МАСЛА 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	БУТЕРБРОД С КУРОЙ ОТВАРНОЙ БЕЗ МАСЛА 100	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ БЕЗ МАСЛА 100
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА 200	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗ МОЛОКА 200	КАША ЯНТАРНАЯ С ДЖЕМОМ БЕЗ МОЛОКА И СМЕТАНЫ 250	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗ МОЛОКА 200	КАША ЯЧНЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА 200	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗ МОЛОКА 200	КАША ЯНТАРНАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 200
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ ЗЕЛЕНЫЙ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ 200	ЧАЙ ЗЕЛЕНЫЙ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ 200	ЧАЙ ЗЕЛЕНЫЙ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	БАНАН 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ100	БАНАН 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	АПЕЛЬСИН 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	БАНАН 100
Обед									
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ 100	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР 100	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 100

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 250	БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ 250	РАССОЛЬНИК 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250	БОРЩ 250	РАССОЛЬНИК 250	БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ 250
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 100	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 120	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 100	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА БЕЗ СМЕТАНЫ 100	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ВАРИАНТ 2 100	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ВАРИАНТ 1 100	МЯСО ТУЩЕНОЕ 100	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ БЕЗ СОУСА 100	ПЕЧЕНЬ ОТВАРНАЯ 100	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 100
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ 10 \180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ БЕЗ МОЛОКА 180	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 180	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180 С МАСЛОМ РАСТ 10	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ БЕЗ МОЛОКА 180	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ 180	КАРТОФЕЛЬ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 180	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ 180
СОК ВИШНЕВЫЙ 200	СОК ЧЕРНОСМОРОДИНОВ ЫЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	СОК ВИШНЕВЫЙ 200	СОК МОРКОВНЫЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	СОК ВИШНЕВЫЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫ 200	СОК ЧЕРНОСМОРОДИНОВЫЙ Й 200	СОК МОРКОВНЫЙ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80