

Утвержденное меню завтраков и обедов для обучающихся 1-4-х и 5-11-х классов ГКОУ «Нижнеломовская школа-интернат»

Завтраки

Название блюда	1-4 классы	5-11 классы
	Выход (вес) порции (мл или гр.)	Выход (вес) порции (мл или гр.)
<u>1 неделя (завтраки)</u>		
Понедельник		
Каша гречневая молочная	200	250
Чай	200	200
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Сыр (Российский и др.)	12	12
Итого	506	587
Вторник		
Омлет натуральный	150	150
Зеленый горошек отварной консервированный	45	45
Кофейный напиток	200	200
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Сыр (Российский и др.)	12	12
Итого	501	532
Среда		
Каша манная	200	250
Чай с лимоном	200/8	200/8
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Сыр (Российский и др.)	12	12
Итого	514	595
Четверг		
Запеканка творожная	150	200
Соус сметанный	30	30
Какао с молоком	200	200
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Сыр (Российский и др.)	12	12
Итого	486	567
Пятница		
Макаронные изделия с тертым сыром	200	250
Чай	200	200
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Итого	494	575

Суббота		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	250
Кофейный напиток	200	200
Сыр (Российский и др.)	12	12
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Итого	506	587
Воскресенье		
Омлет натуральный	150	150
Морковь тертая с р/м	100	150
Чай фруктовый	200	200
Сыр (Российский и др.)	12	12
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Итого	556	637
2 неделя (завтраки)		
Понедельник		
Каша пшённая молочная	200	250
Чай	200	200
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Сыр (Российский и др.)	12	12
Итого	506	587
Вторник		
Каша рисовая	200	250
Какао с молоком	200	200
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Сыр (Российский и др.)	12	12
Итого	506	587
Среда		
Каша овсяная молочная	200	250
Чай	200	200
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Сыр (Российский и др.)	12	12
Итого	506	587
Четверг		
Пудинг творожный с изюмом	150	200
Соус сметанный	30	30
Кофейный напиток	200	200
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Сыр (Российский и др.)	12	12
Итого	486	567

Пятница		
Макаронные изделия с сыром	200/12	250/12
Чай с лимоном	200/8	200/8
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Итого	514	595
Суббота		
Сырники твороженные	150	200
Соус сметанный	30	30
Чай	200	200
Сыр (Российский и др.)	12	12
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Итого	486	567
Воскресенье		
Каша «Дружба»	200	250
Какао с молоком	200	200
Сыр (Российский и др.)	12	12
Хлеб	80	110
Масло сливочное	14	15
Итого	506	587

Обеды

Название блюда	1-4 классы	5-11 классы
	Выход (вес) порции (мл или гр.)	Выход (вес) порции (мл или гр.)
<u>1 неделя (обеды)</u>		
Понедельник		
Салат зеленый с помидорами с р/м	100	150
Суп гороховый	250	300
Биточки (мясо, птица)	100	120
Овощное рагу	150	200
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	100	150
Итого	900	1120
Вторник		
Огурцы свежие	100	150
Борщ со сметаной	250/10	300/10
Рыба отварная	80	150
Картофельное пюре	150	280
Кисель	200	200
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	100	150
Итого	890	1240
Среда		
Салат из свежих овощей с р/м	100	150

Суп рисовый с картофелем	250	300
Бефстроганов	70	70
Макаронные изделия отварные	230	250
Компот из плодов сухих (шиповник)	200	200
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	100	150
Итого	950	1120
Четверг		
Помидор свежий в нарезке	100	150
Щи из свежей капусты	250	300
Плов из птицы	230	230
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	100	150
Итого	880	1030
Пятница		
Салат из моркови с яблоком с р/м	100	150
Суп с макаронными изделиями	250	300
Курица тушеная	100	120
Картофельное пюре	150	280
Кисель	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	900	1200
Суббота		
Салат из свежих огурцов	100	150
Рассольник по-ленинградски	250	300
Рыба, запеченная с яйцом	120	150
Гороховое пюре	150	250
Компот из кураги	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	920	1200
Воскресенье		
Салат из свеклы	100	150
Суп рыбный	250	300
Биточки припущенные	100	120
Каша гречневая	150	250
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	900	1170
<u>2 неделя (обеда)</u>		
Понедельник		
Овощи свежие (или соленые) в нарезке	100	150
Суп овощной со сметаной	250/10	300/10
Гуляш мясной	70	70
Рис отварной	180	250
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	910	1130

Вторник		
Салат зеленый с огурцом с р/м	100	150
Борщ со сметаной	250/10	300/10
Картофель тушеный с мясом	230	230
Сок фруктовый	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	890	1040
Среда		
Салат витаминный с р/м	100	150
Суп картофельный с рисовой крупой	250	300
Котлеты (мясо)	70	70
Капуста тушеная	150	200
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	870	1070
Четверг		
Помидор соленый	100	150
Суп с фрикадельками	250/25	300/35
Жаркое по-домашнему	230	230
Кисель	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	905	1065
Пятница		
Салат из моркови с яблоками с р/м	100	150
Свекольник со сметаной	250/10	300/10
Рыба тушеная с овощами в томате	120	150
Картофельное пюре	150	280
Компот из плодов сухих (шиповник)	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	930	1240
Суббота		
Винегрет	100	150
Суп картофельный с бобовыми	250	300
Куры тушеные в соусе с томатом	100	120
Рис отварной	180	250
Компот из изюма	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	930	1170
Воскресенье		
Салат картофельный с зеленым горошком с р/м	100	150
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	300
Голубцы ленивые в томате	230	230
Кисель	200	200
Хлеб ржаной	100	150
Итого	880	1030

