

СОГЛАСОВАНО:

Директор

М.Ю. Мещеряков

Семикопенко

Д.С.

" 01 "

сентября

2022



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО «Фабрика Социального питания 1»

Д.С. Семикопенко

" 01 "

Семикопенко

2022



**Примерное десятидневное меню
для муниципальных общеобразовательных учреждений
г. Губкин и Губкинского района
Белгородской области
для возраста обучающихся с 7 до 11 лет**

2022-2023г.г.

2 неделя с 7 декабря по 13 декабря					
Завтрак					
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	
Макаронные изделия отварные с сыром 150	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром 150/5 (1-4 классы)	Суфле куриное, запеченное со сметаной 100	Вареники отварные с картошкой из и/ф со сметаной 120/10 (1-4 классы)	Запеканка творожно-рисовая со стухшим молоком 150/10	
	Блишчик с начинкой из и/ф (паровой суточной) 120 (5-11 классы)	Огурец свежий 30/ Огурец соевый 30	Омлет яичный с мясом 100 (5-11 классы)		
	Коктейль Апельсин 200 или				
Лепешка пшеничная 60	Заварной батончик 25				
Йогурт 100					
	Сыр порг 20				
	Батон пектиновый 20		Фрукт (яблоко) 150	Фрукт 150 (яблоко)	
		Хлеб пшеничный 30	Масло сливочное порг 10	Масло сливочное 10	
		Сдоба Любимая с повидлом 65			
Чай с сахаром 200/15	Чай Каркаде 200	Чай с сахаром и лимоном 200	Батон пектиновый 20	Батон пектиновый 20	
			Какао с молоком 200	Чай с сахаром 200/15	
				Молоко пак	
обед					
Огурец свежий 60/Огурец соевый 60	Салат из капусты б/с с огурцом 60 / Салат из капусты б/с 60	Салат из запеченной свеклы 60	Салат из помидоров с сыром 60 / салат из цветной капусты с соевым огурцом 60	Салат из фасоли, кукурузы и сушеных грибов 60	
Помидор свежий 60/Помидор соевый 60	Салат из свежих огурцов 60/ Салат из соевых огурцов с луком 60	Кукуруза консервированная 30	Помидор свежий 60 / Помидор соевый 60	Икра овощная 40	
Суп картофельный с горохом (бульон) 200	Суп лапша по-домашнему 200/10	Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/25	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной 200/10	Специалит 200	
Рассольник Петербургский с перловой крутой 200	Суп томатный с фасолью 200	Суп картофельный с гречневой крутой (бульон) 200	Суп с крупой и томатом (перловой) 200	Суп из овощей с сухариками (бульон) 200/15	
Плов из свинины 50/150	Наггетсы куриные 80	Колобки мясные с сыром 80/20	Фиш-кейк 80	Биточки с овощами 80	
Пельмени отварные с мясом 200/5	Тефтели мясные с рисом, с соусом 80/30	Чахчабиди из курицы 100/30	Рыба, запеченная с яйцом 80	Шницель куриный 80	
	Рагу из овощей 150	Каша рисовая рассыпчатая 150	Пюре картофельное 150	Макаронные изделия отварные 150	
	Капуста цветная запеченная 150	Каша пшеница рассыпчатая 150	Картофель по-деревенски 150	Каша гречневая рассыпчатая 150	
Компот из смеси сухофруктов 200	Компот из свежих плодов (яблоко) 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200	Чай Каркаде 200	
		Фрукт (яблоко) 150			
Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	
Хлеб ржано-пшеничный 30	Хлеб ржано-пшеничный 30	Хлеб ржано-пшеничный 30	Хлеб ржано-пшеничный 30	Хлеб ржано-пшеничный 30	
Полдник					
Омлет натуральный 100	Дрожжи картофельные со сметаной 110/10 / Каша манная с творогом со сметаной 110/10	Сэндвич Школьный 100	Оладьи с повидлом 100/10	Суфле куриное, запеченное со сметаной 100	
Хлеб пшеничный 20				Огурец свежий 30/ Огурец соевый 30	
Компот из фруктов и ягод с/м 200	Чай с сахаром 200/15	Компот из смеси сухофруктов 200	Кисель ягодный 200	Компот из свежих плодов (яблоко) 200	