

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа п. Красноярка

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ п. Красноярка

Е.Ю.Уланов

« 11 » ноября 20 11 г.

МЕНЮ – РАСКЛАДКА

НА 10 ДНЕЙ

ДЛЯ ДЕТЕЙ 3 - 7 ЛЕТ

С 10-и ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

в филиале МБОУ СОШ п. Красноярка – д/с № 52 «Аистенок»

ПРИМЕРНОЕ 10-и ДНЕВНОЕ МЕНЮ Д/С № 52 «АИСТЕНОК» с 3 – 7 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
Каша манная 200	Каша пшеничная 200	Омлет натуральный 125	Суп молочный с крупой 200	Каша «Геркулес» 200	Суп молоч. с макар. издел. 200	Каша рисовая 200	Омлет натуральный 125	Каша «Дружба» 200	Каша ячневая 200
Кофейный напиток с молоком 200	Чай с сахаром 200	Какао с молоком 200	Кофейный напиток с молоком 200	Кофейный напиток с молоком 200	Какао с молоком 200	Чай с сахаром 200	Икра кабачковая 60	Какао с молоком 200	Чай с сахаром 180
Сыр (порциями) 15	Масло (порциями) 5	Зеленый горошек консерв.отварной 60	Сыр (порциями)15	Масло (порциями) 6	Сыр (порциями) 15	Повидло (порциями) 20	Кофейный напиток с молоком 200	Сыр (порциями) 15	Повидло (порциями)20
	Повидло (порциями) 20	Масло (порциями) 6					Масло (порциями) 6		
2-ой завтрак									
Сок фруктовый 100	фрукт 130	Сок фруктовый 100	Фрукт 130	Сок фруктовый 150	Сок фруктовый 100	Фрукт 130	Сок фруктовый 100	Фрукт 130	Сок фруктовый 200
Конд. изделие 30									
Обед									
Салат из св.капусты с морковью 60 Или салат из моркови 60	Салат из свеклы с соленным огурцом 60	Салат из моркови 60	Салат картоф. с зел. горошком 60	Салат из свеклы с чесноком 60	Салат из моркови с зеленым горошком 60	Винегрет овощной 60	Салат витаминовый 60 Или салат картофельный с соленным огурцом 60	Салат из моркови и яблок 60	Сельдь с луком 60 Или салат из свеклы с черносливом 60
Суп крестьянский со сметаной 200/8	Щи из св.капусты с картофелем 200/8	Суп рассольник со сметаной 200/8	Суп-пюре из разных овощей 200	Суп картофельный с рыбой 200	Суп картоф. с мясн. фрикад. и сметаной 200/25/8	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/8	Суп гороховый со сметаной 200/8	Суп картоф. с макарон. издел. со сметаной 200/8	Суп свекольник со сметаной 200/8
Котлета рыбная. с соусом томат. 70/30	Печень говяжья по- строгановски 70/40	Кура отварная в соусе 125	Бифштекс рубленный паровой 70	Картофельная запеканка с мясом и соусом 200/30	Рыба тушеная в томате с овощами 130	Гуляш из говядины 70/50	Котлеты из куры с соусом томатным 70/50	Запеканка из печени с рисом 145	Тефтели из говядины с соусом 70/50
Картофельное пюре 150	Макаронные изделия с овощами 130	Каша гречневая рассыпчатая 153	Капуста тушеная 150	Или жаркое по- домашнему 230	Картофельное пюре 150	Макаронные изделия отварные 130	Рагу из овощей 150	Овощи в молочном соусе 130	Картофельное пюре с морковью 150
Компот из сухофруктов + вит «С» 200	Компот из свеж. фруктов + вит «С» 200	Компот из кураги + вит «С» 200	Компот из свеж.фруктов+ вит «С» 200	Компот из чернослива + вит «С» 200	Напиток из шиповника 200	Компот из свеж. фруктов + вит «С» 200	Компот из сухофруктов +вит «С» 200	Кисель + вит «С» 200	Компот из сухофруктов + «С» 200
Полдник									
Пирожки, печеные из	Сырники твор. с соусом или	Ватрушка с творож., овощн.,	Пудинг из творога с	Кондитерское изделие 60	Булочка российская 70	Запеканка из творога с	Ватрушка с творогом 60	Пирожки, печеные из	Кондитерское изделие 60

