

Согласовано:  
Директор АНОО «НЧШ»

Кашин Д.О.

Утверждаю:  
ИП Шарипов М.И.

Шарипов М.И.

Меню

Наименование блюда	Выход (вес) порции (мл или гр)
<b>1 день</b>	<b>Выход</b>
<b>Завтрак</b>	
Каша дружба	150гр
Нарезка сырная	20гр
Масло сливочное	10гр
Чай с сахаром	200мл
Хлеб пшеничный	20гр
<b>Обед</b>	
Суп лапша куриная	250гр
Плов с говядиной	250гр
Морс из черной смородины	200мл
Овощная нарезка	100гр
Салат витаминный	100гр
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной	25
<b>Полдник</b>	
Кисломолочный напиток	150мл
Сдоба с корицей	85гр
Фрукты свежие	150гр
<b>2 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Макароны с сыром	130/20гр
Нарезка ветчина	20гр
Масло сливочное	10гр
Чай с лимоном	200мл
Хлеб пшеничный	20гр
<b>Обед</b>	
Суп с фрикадельками	250гр
Котлета рыбная	100гр
Пюре картофельное	150гр
Компот вишневый	200мл
Овощная нарезка	100гр
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	25гр
<b>Полдник</b>	
Кисломолочный напиток	150гр
Ватрушка с творогом	85гр
Фрукты свежие	150гр
<b>3 День</b>	
<b>Завтрак</b>	
Запеканка со сгущенкой	130/20гр
Нарезка сырная	20гр

Масло сливочное	10гр
Чай	200/10мл
Хлеб пшеничный	20гр
<b>Обед</b>	
Суп гороховый с гренками	250/15гр
Азу из говядины	100гр
Гречка рассыпчатая	150гр
Морс из клюквы	200гр
Овощная нарезка	100гр
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	25гр
<b>Полдник</b>	
Напиток кисломолочный	150гр
Шарлотка с яблоками	80гр
Фрукты свежие	150гр
<b>4день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Оладья со сметанной	120/30гр
Нарезка ветчина	20гр
Масло сливочное	10гр
Чай	200мл
Хлеб пшеничный	20гр
<b>Обед</b>	
Суп лапша	250гр
Котлета куриная	100гр
Макароны	150гр
Соус сливочный/томатный	30гр
Напиток из шиповника	200мл
Овощная нарезка	100р
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	25гр
<b>Полдник</b>	
Напиток кисломолочный	150гр
Кекс твороженный	65гр
Фрукты свежие	150гр
<b>5день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша манная	150гр
Нарезка сырная	20гр
Масло сливочное	10гр
Чай с сахаром	200мл
<b>Обед</b>	
Борщ со сметаной	250/20гр
Жаркое по-домашнему	250гр
Морс из черной смородины	200мл
Овощная нарезка	100гр
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	25гр
<b>Полдник</b>	
Маффин шоколадный	65гр
Сок яблочный	150гр

Фрукты свежие	150гр
<b>6 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша овсяная	150гр
Нарезка сырная	20гр
Масло сливочное	10гр
Хлеб пшеничный	20гр
Чай с лимоном	200/10гр
<b>Обед</b>	
Лапша куриная	250гр
Тефтели мясные с томатным соусом	100/30гр
Рис	150гр
Овощная нарезка	100гр
Винегрет	100гр
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	25гр
Компот из сухофруктов	200мл
<b>Полдник</b>	
Напиток кисломолочный	150гр
Сдоба с сахаром	85гр
Фрукты свежие	150гр
<b>7 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Омлет натуральный	150гр
Кукуруза консервированная	20гр
Нарезка ветчина	20гр
Масло сливочное	10гр
Хлеб пшеничный	20гр
Кофейный напиток с молоком	200мл
<b>Обед</b>	
Суп фасолевый с мясом	250гр
Суфле из курицы	100гр
Макароны	150гр
Соус сливочный/томатный	30гр
Овощная нарезка	100гр
Компот из вишни	200гр
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	25гр
<b>Полдник</b>	
Напиток кисломолочный	150мл
Ватрушка с повидлом	85гр
Фрукты свежие	150гр
<b>8 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Запеканка со сгущенкой	130/20гр
Нарезка сырная	20гр
Масло сливочное	10гр
Хлеб пшеничный	20гр
Чай с сахаром	200мл



<b>Обед</b>	
Рассольник с курицей и сметанной	250/20гр
Бефстроганов	100гр
Гречка рассыпчатая	150гр
Овощная нарезка	100гр
Морс из черной смородины	200мл
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	20гр
<b>Полдник</b>	
Напиток кисломолочный	150мл
Кекс	65гр
Фрукты	150гр
<b>9 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Макароны с сыром	130/20гр
Нарезка ветчина	20гр
Масло сливочное	10гр
Хлеб пшеничный	20гр
Чай	200мл
<b>Обед</b>	
Суп рыбный	250гр
Котлета говяжья	100гр
Рис	150гр
Соус сливочный/томатный	30гр
Овощная нарезка	100гр
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	20гр
Морс из клюквы	200гр
<b>Полдник</b>	
Кисломолочный напиток	150гр
Сдоба с корицей	85гр
Фрукты свежие	150гр
<b>10 день</b>	
<b>Завтрак</b>	
Каша дружба	150гр
Нарезка сырная	20гр
Масло сливочное	10гр
Чай с лимоном	200/10мл
Хлеб пшеничный	20гр
<b>Обед</b>	
Борщ со сметаной	250/20гр
Шницель из индейки	100гр
Пюре картофельное	150гр
Овощная нарезка	100гр
Компот из вишни	200мл
Хлеб пшеничный	20гр
Хлеб ржаной	20гр
<b>Полдник</b>	
Сок яблочный	150р
Мафин с шоколадом	65гр
Фрукты свежие	150гр