

**ПРИМЕРНОЕ 20 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ
Ноябрь – февраль 2020г – 2021г
г. Новокузнецк**

| I НЕДЕЛЯ | | II НЕДЕЛЯ | |
|--|-------------------|--|-------------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. | ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. |
| Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная с вишней и маслом | 200/5 | Сосиска отварная | 100 |
| Горячий бутерброд с карбонадом и сыром (хлеб пшеничный, сыр, корбонад) | 90 | Макароны отварные с маслом | 150 |
| Хлеб ржаной | 20 | Сыр порциями | 15 |
| Чай травяной | 200 | Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 |
| | | Чай с сахаром | 200 |
| | | | |
| ВТОРНИК | | ВТОРНИК | |
| Филе птицы запеченное в розовом соусе (филе кур) | 80 | Каша рисовая молочная с персиками и маслом | 200/5 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 | Горячий бутерброд на батоне (батон, сыр) (1 шт) | 35 |
| Сыр порциями | 15 | Фрукты в ассортименте | 150 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Хлеб ржаной | 20 |
| Какао с молоком | 200 | Чай с лимоном и мятой | 200 |
| | | | |
| СРЕДА | | СРЕДА | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/30 | Люля – кебаб с томатным соусом и зеленью/ Гуляш «Смоляной бочек» | 80/ (75/75) |
| Фрукты в ассортименте | 150 | Капуста тушеная | 150 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Сыр сливочный в индивидуальной упаковке | 17,5 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| | | Компот фруктово-ягодный (черная смородина) | 200 |
| | | | |
| ЧЕТВЕРГ | | ЧЕТВЕРГ | |
| Омлет с говядиной | 145/5 | Икра кабачковая | 60 |
| Масло сливочное порциями | 10 | Жаркое с мясом | 230 |
| Фрукты в ассортименте | 150 | Кондитерские изделия в инд.упаковке (печенье / зефир и др.) | 1шт |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 |
| | | | |
| ПЯТНИЦА | | ПЯТНИЦА | |
| Икра свекольная | 60 | Маринад из моркови «Чудесный» | 60 |
| Котлета мясная «Делкатесная» / Гуляш «Смоляной бочек» | 80 / (75/75) | Рыба запеченная с сыром (минтай) | 80 |
| Картофель запеченный с сыром «Парабола»/Картофельное пюре с маслом | 150/150 | Картофель отварной с маслом и зеленью | 150 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| Компот из кураги | 200 | Компот фруктово-ягодный (вишня) | 200 |
| | | | |
| III НЕДЕЛЯ | | IV НЕДЕЛЯ | |
| ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. | ПОНЕДЕЛЬНИК | Выход, гр. |
| Каша рисовая молочная с маслом | 200 | Сарделька отварная | 100 |
| Блинчик со сгущенным молоком (1 шт) | 60/10 | Спагетти отварные с маслом | 150 |
| Хлеб ржаной | 20 | Сыр порциями | 15 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 |
| | | Чай с шиповником | 200 |
| | | | |
| ВТОРНИК | | ВТОРНИК | |
| Биточек мясной «Пионерский» / Гуляш «Смоляной бочек» | 80/(75/75) | Курица запеченная «Курочка Ряба» (окорочка куриные) | 80 |
| Картофель отварной с маслом и зеленью | 150 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 |
| Фрукты в ассортименте | 150 | Фрукты в ассортименте | 150 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 |
| Компот фруктово-ягодный (клубника) | 200 | Чай с лимоном и мятой | 200 |
| | | | |
| СРЕДА | | СРЕДА | |
| Омлет с сыром | 150 | Икра кабачковая | 60 |
| Горячий бутерброд на батоне (батон, колбаса, сыр) (1 шт) | 50 | Рыба тушеная с овощами «Дары моря» (минтай) | 70/70 |
| Хлеб ржаной | 20 | Картофельное пюре | 150 |
| Какао с молоком | 200 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| | | Компот фруктово-ягодный (яблоко - клюква) | 200 |
| | | | |
| ЧЕТВЕРГ | | ЧЕТВЕРГ | |
| Икра свекольная | 60 | Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком | 150 |
| Филе птицы тушеное в томатном соусе (филе кур) | 90 | Сыр сливочный в индивидуальной упаковке | 17,5 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 | Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 20/20 | Кофейный напиток с молоком | 200 |
| Компот фруктово-ягодный (яблоко) | 200 | | |
| | | | |
| ПЯТНИЦА | | ПЯТНИЦА | |
| Мясо тушеное с картофелем (говядина) | 230 | Мясо тушеное (свинина) | 80 |
| Фрукты в ассортименте | 150 | Рис отварной с маслом | 150 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 | Фрукты в ассортименте | 150 |
| Горячий шоколад | 200 | Хлеб пшеничный/ржаной | 30/20 |
| | | Компот из сухофруктов | 200 |
| | | | |