



**Меню на 10 дней СП ГБОУ СОШ с. Белозерки «Детского сада № 15 «Колобок»»**

<u>Завтрак</u>	<u>Обед</u>	<u>Упл. полдник</u>
Каша из овс хл молочная – 150 (М – 07 № 67) Чай-180 (М – 07 №132) Бутерброд с сыром – 25/16/9  2 – 3. Йогурт - 100	С-т из капусты и моркови – 40 (М-07 № 11) Борщ на м.к.б. со смет. –150 (М-07 №28) Мясо отв туш с карт по-домашнему–150 (М – 07 № 100) Компот из с/ф – 150 (М-07 № 122) Хлеб пш. и ржан. – 30/20	Запеканка творожн. со сгущ.молоком – 120 /15 (М-07 № 79) Коф. напиток с молоком - 180 (М – 07 №126) Мандарин - 100
<u>1-ый день</u>		
Банан - 100 Омлет натур. – 100 (М-07 № 77) Коф. напиток с молоком - 180 (М – 07, №126) Бутерброд с маслом – 40/10 2 – 3. Кефир - 100	С-т из моркови с раст.маслом - 40(М-07 №15) Рассольник на м.к.б. со сметаной – 150 (М-07 стр. 32) Тефтеля мясная -60 (М-07, №105) Овощное рагу – 120 (М-07 №57) Кисель – 150 (М-07, № 118) Хлеб пшен и ржан. – 30/20	Каша гречневая мол.-150 (М – 07 № 64) Чай с сахаром – 180 (М – 07 № 132) Хлеб – 20
<u>2-ой день</u>		
Яблоко - 80 Макар.изд. с терт.сыром запеч. – 120 (М-07 № 76) Коф.напит.с молоком – 180 (М-07 № 126) Бутерброд с повидлом – 30/10 2 – 3.Ряженка - 100	С-т из отв. свеклы – 40 (М-07 № 18) Суп с клёцками на кур б-не -150 (М-07, №43) Гуляш из отв.курицы –60 (М-07 № 93) Картофельное пюре-110 (М-07, №56) Компот из с/ф – 150 (М-07, №122) Хлеб пш. и рж. – 40	Рыба туш в том с овощ - 120 (М-07 № 88) Чай – 200 (М-07 №132) Печенье - 30 Хлеб– 50
<u>3-ий день</u>		
Каша мол. «Дружба» –150 (М-07 № 66) Коф. нап. с молоком – 180 (М – 07 № 126) Бутерброд с маслом – 30/10 2 – 3. Снежок - 100	С-т «витаминный» – 40 (М-07 № 5) Суп свекольн. на м.к.б. со см.-150(М-07 №44) Запеканка картоф. с отв мясом - 150 (М-07 №95) Компот из с/ф – 150 (М-07 № 122) Хлеб рж. и пш. – 30/20	Яйцо отв - 47 (М- 06,с 136) Капуста тушеная – 130 (М-07 №48) Чай с лимоном –180 (М-07 № 132) Хлеб – 20 Груша – 80
<u>4-ый день</u>		
Суп молочн. с макар. изд.– 150 (М-07 № 33) Чай – 180 (М-07 № 132) Бутерброд с джемом – 30/10  2 – 3. Банан – 100	Св.огурец – 30 Щи со сметаной - 150 (М-07, №30) Бефстроганов с говяд. – 80 (М – 07) № 91 Рис отв. - 110 (М-07 №58) Кисель – 150 (М – 07 № 118) Хлеб пшенич. – 40	Каша пшённая молочная -130 (М-07 № 68) Ватрушка с творогом – 80 (М – 07 №136) Варенец- 180
<u>5-ый день</u>		

до 3-х лет (зимо-весна)

<u>Завтрак</u>	<u>Обед</u>	<u>Ушл. полдник</u>
<p>Яблоко - 90 Омлет нат. с сыром - 100 (М-07 № 78) Какао на молоке - 150 (М-07 № 117) Бутерброд с маслом - 40/10</p> <p>2 - 3. Кефир - 100</p> <p><u>6-ой день</u></p>	<p>С-т из капусты и моркови - 40 (М-07 № 11) Суп гороховый вег. - 150 (М - 07 №35) Гуляш- 80 (М-07 №93) Каша гречневая рас.- 100 (М - 07 №65) Компот из с/ф - 150 (М-07 №122) Хлеб рж. и пш. - 50</p>	<p>Плов из риса с курагой 150 (М - 07) № 72 Сок-180 (М-07 №130) Хлеб-20 Печенье - 20</p>
<p>Каша манная молочная - 150 (М-06 стр.66) Чай - 180(М-07 № 132) Бутерброд с повидлом - 30/10</p> <p>2 - 3. Ряженка - 100</p> <p><u>7-ой день</u></p>	<p>С - т из зелёного горошка 32 (В - 07, с119) Суп крестьянский со сметаной - 150 (М-07 № 37) Голубцы ленивые с отв. мясом - 150 (М-07 № 92) Кисель - 150 (М - 07 № 118) Хлеб пш. - 50</p>	<p>Картофель отварной - 100 (М-07 №54) с кабачковой икрой - 30 (М-07 № 4) Яйцо отв - 47 (М- 06,с 136) Чай с молоком - 180 (М-07 № 134) Хлеб - 20 Груша - 90</p>
<p>Каша рисовая молочн.-150 (М-07 №70) Коф нап с молоком - 180 (М-07 №126) Бутерброд с сыром - 25/16/9</p> <p>2 - 3. Йогурт - 100</p> <p><u>8-ой день</u></p>	<p>С-т из моркови с яблоком - 40 (М-07 № 14) Суп рыбный - 150 (М-07 № 41) Котлета рыбная - 60 (М-07 № 86) Картофельное пюре-120 (М-07 №56) Компот из с/ф - 150 (М-07 № 122) Хлеб пш. и рж.- 30/20</p>	<p>Сырники запеч. со сг.мол. - 100 /15(М- 07 №83) Чай - 180 (М-07 № 132) Хлеб - 20 Апельсин - 100</p>
<p>Макаронны с маслом - 120 (М-07 № 75). Яйцо -47 (М- 06,с 136) Коф нап с молоком - 180 (М-07 №126) Бутерброд с маслом - 40/10</p> <p>2 - 3. Снежок - 100</p> <p><u>9-ый день</u></p>	<p>С-т из отв.свеклы с чесноком и р.м. - 40 (М-07 № 18) Щи на м.к.б. со сметаной - 150/8 (М-07 № 30) Тефтели мясо-крупяные - 120 (М-07 № 106) Соус томатно-сливочный -30(М-07 №116) Компот из с/ф - 150 (М-07 № 122) Хлеб пш.и рж. -30/20</p>	<p>Каша пшеничная молочная - 150 (М-07 № 68) Вафля - 30 Чай с молоком - 180 (М-07 № 133) Хлеб - 20 Яблоко - 70</p>
<p>Пудинг творожный запеч.-150 (М-07 № 81), со смет. соус.- 50 (М-07 №115) Чай с лимоном - 180 (М-07 № 133) Бутерброд с джемом - 30/10</p> <p>2 - 3. Кефир - 100</p> <p><u>10-ый день</u></p>	<p>Сельдь с луком и р.м. - 40 (М-07 № 26) Суп карт с макар. изд - 150 (М-07 № 34) Отв курица - 60 (М - 07 № 108) Сложный гарнир - 110 (М - 07 № 60) Кисель - 150 (С - 01 № 27) Хлеб пш. - 50</p>	<p>Овощное рагу - 120 (М - 07 №57) Пирожок с яблоком - 80 (М - 07 №139) Молоко - 180 Банан - 100</p>

До 3-х лет  
(лето-осень)

Утверждаю  
директор ГБОУ СОШ  
с.Белозёрки  
Ю.Е.Гарькин

Меню на 10 дней СП ГБОУ СОШ с. Белозерки «Детского сада № 15 «Колобок»»

<u>Завтрак</u>	<u>Обед</u>	<u>Упл. полдник</u>
Каша из овс хл молочная – 150 (М – 07 № 67) Чай-180 (М – 07 №132) Бутерброд с сыром – 25/16/9 2 – 3. Йогурт - 100 <u>1-ый день</u>	С-т из капусты и моркови – 40 (М-07 № 11) Борщ на м.к.б. со смет. –150 (М-07 №28) Мясо отв туш с карт по-домашнему–150 (М – 07 № 100) Компот из с/ф – 150 (М-07 № 122) Хлеб пш. и ржан. – 30/20	Запеканка творожн. со сгущ.молоком – 120 /15 (М-07 № 79) Коф. напиток с молоком - 180 (М – 07 №126) Мандарин - 100
Банан - 100 Омлет натур. – 100 (М-07 № 77) Коф. напиток с молоком - 180 (М – 07, №126) Бутерброд с маслом – 40/10 2 – 3. Кефир - 100 <u>2-ой день</u>	С-т из огурцов с раст.маслом - 40(М-07 №17) Рассольник на м.к.б. со сметаной – 150 (М-07 стр. 32) Тефтеля мясная -60 (М-07, №105) Овощное рагу – 120 (М-07 №57) Кисель – 150 (М-07,№ 118) Хлеб пшен и ржан. – 30/20	Каша гречневая мол.-150 (М – 07 № 64) Чай с сахаром – 180 (М – 07 № 132) Хлеб – 20
Яблоко - 80 Макар.изд. с терт.сыром запеч. – 120 (М-07 № 76) Коф.напит.с молоком – 180 (М-07 № 126) Бутерброд с повидлом – 30/10 2 – 3.Ряженка - 100 <u>3-ий день</u>	С-т из отв. свеклы – 40 (М-07 № 18) Суп с клёцками на кур б-не -150 (М-07, №43) Гуляш из отв.курицы –60 (М-07 № 93) Картофельное поре-110 (М-07, №56) Компот из с/ф – 150 (М-07,№122) Хлеб пш. и рж. – 40	Рыба туш в том с овощ - 120 (М-07 № 88) Чай – 200 (М-07 №132) Печенье - 30 Хлеб– 50
Каша мол. «Дружба» –150 (М-07 № 66) Коф. нап. с молоком – 180 (М – 07 № 126) Бутерброд с маслом – 30/10 2 – 3. Снежок - 100 <u>4-ый день</u>	С-т из помидоров с луком – 40 (М-07 № 20) Суп свекольн. на м.к.б. со см.-150(М-07 №44) Запеканка картоф. с отв мясом - 150 (М-07 №95) Компот из с/ф – 150 (М-07 № 122) Хлеб рж. и пш. – 30/20	Яйцо отв - 47 (М- 06,с 136) Капуста тушеная – 130 (М-07 №48) Чай с лимоном –180 (М-07 № 132) Хлеб – 20 Груша – 80
Суп молочн. с макар. изд.– 150 (М-07 № 33) Чай – 180 (М-07 № 132) Бутерброд с джемом – 30/10 2 – 3. Банан – 100 <u>5-ый день</u>	Св.огурец – 30 Щи со сметаной - 150 (М-07, №30) Бефстроганов с говяд. – 80 (М – 07) № 91 Рис отв. - 110 (М-07 №58) Кисель – 150 (М – 07 № 118) Хлеб пшенич. – 40	Каша пшённая молочная -130 (М-07 № 68) Ватрушка с творогом – 80 (М – 07 №136) Варенец- 180

до 3-х лет (лето-осень)

<u>Завтрак</u>	<u>Обед</u>	<u>Ушл. полдник</u>
<p>Яблоко - 90 Омлет нат. с сыром - 100 (М-07 № 78) Какао на молоке - 150 (М-07 № 117) Бутерброд с маслом - 40/10</p> <p>2 - 3. Кефир - 100</p> <p><u>6-ой день</u></p>	<p>Св.помидора - 30 Суп гороховый вег. - 150 (М - 07 №35) Гуляш- 80 (М-07 №93) Каша гречневая рас.- 100 (М - 07 №65) Компот из с/ф - 150 (М-07 №122) Хлеб рж. и пш. - 50</p>	<p>Плов из риса с курагой 150 (М - 07) № 72 Сок-180 (М-07 №130) Хлеб-20 Печенье - 20</p>
<p>Каша манная молочная - 150 (М-06 стр.66) Чай - 180(М-07 № 132) Бутерброд с повидлом - 30/10</p> <p>2 - 3. Ряженка - 100</p> <p><u>7-ой день</u></p>	<p>С - т из зелёного горошка 32 (В - 07, с119) Суп крестьянский со сметаной - 150 (М-07 № 37) Голубцы ленивые с отв. мясом - 150 (М-07 № 92) Кисель - 150 (М - 07 № 118) Хлеб пш. - 50</p>	<p>Картофель отварной - 100 (М-07 №54) с кабачковой икрой - 30 (М-07 № 4) Яйцо отв - 47 (М- 06,с 136) Чай с молоком - 180 (М-07 № 134) Хлеб - 20 Груша - 90</p>
<p>Каша рисовая молочн.-150 (М-07 №70) Коф нап с молоком - 180 (М-07 №126) Бутерброд с сыром - 25/16/9</p> <p>2 - 3. Йогурт - 100</p> <p><u>8-ой день</u></p>	<p>С-т из моркови с яблоком - 40 (М-07 № 14) Суп рыбный - 150 (М-07 № 41) Котлета рыбная - 60 (М-07 № 86) Картофельное пюре-120 (М-07 №56) Компот из с/ф - 150 (М-07 № 122) Хлеб пш. и рж.- 30/20</p>	<p>Сырники запеч. со сг.мол. - 100 /15(М- 07 №83) Чай - 180 (М-07 № 132) Хлеб - 20 Апельсин - 100</p>
<p>Макароны с маслом - 120 (М-07 № 75). Яйцо -47 (М- 06,с 136) Коф нап с молоком - 180 (М-07 №126) Бутерброд с маслом - 40/10</p> <p>2 - 3. Снежок - 100</p> <p><u>9-ый день</u></p>	<p>Св.огурец - 40 Щи на м.к.б. со сметаной - 150/8 (М-07 № 30) Тефтели мясо-крупяные - 120 (М-07 № 106) Соус томатно-сливочный -30(М-07 №116) Компот из с/ф - 150 (М-07 № 122) Хлеб пш.и рж. -30/20</p>	<p>Каша пшеничная молочная - 150 (М-07 № 68) Вафля - 30 Чай с молоком - 180 (М-07 № 133) Хлеб - 20 Яблоко - 70</p>
<p>Пудинг творожный запеч.-150 (М-07 № 81), со смет. соус.- 50 (М-07 №115) Чай с лимоном - 180 (М-07 № 133) Бутерброд с джемом - 30/10</p> <p>2 - 3. Кефир - 100</p> <p><u>10-ый день</u></p>	<p>С-т из помид.и огурцов - 40 (М-07 № 19) Суп карт с макар. изд - 150 (М-07 № 34) Отв курица - 60 (М - 07 № 108) Сложный гарнир - 110 (М - 07 № 60) Кисель - 150 (С - 01 № 27) Хлеб пш. - 50</p>	<p>Овощное рагу - 120 (М - 07 №57) Пирожок с яблоком - 80 (М - 07 №139) Молоко - 180 Банан - 100</p>