

Утверждаю:

Директор МБОУ гимназии № 4

Бобровный В.О.

Компоновка блюд меню (зима-весна) горячих завтраков для учащихся 7-11 лет

День 1 (понедельник)	День 2 (вторник)	День 3 (среда)	День 4 (четверг)	День 5 (пятница)
Птица тушеная с овощами 185 гр. Яйцо отварное 40 гр. Чай с сахаром 200 гр. Хлеб пшеничный 30 гр. Хлеб ржаной 20 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 100 гр.	Фрикадельки рыбные (минтай) 90/55 гр. Картофель отварной /горошек отварной консервированный 150 гр. Кофейный напиток 200 гр. Хлеб пшеничный 30гр. Хлеб ржаной 20 гр.	Капуста квашеная 60 гр. Мясо духовое с картофелем 180 гр. Компот из сухофруктов 200гр. Хлеб пшеничный 30гр. Хлеб ржаной 20гр. Фрукты по сезону (яблоко) 100гр.	Запеканка из творога со сгущенкой 150гр. Кофейный напиток 200гр. Булочка «сдобная» 50гр. Сыр «Костромской» порциями 15гр. Хлеб ржаной 20гр.	Тефтели рыбные (минтай) 90/30 Каша рисовая /капуста с яйцом 180гр. Кисель ассорти фруктовое 200гр. Хлеб пшеничный 30гр. Хлеб ржаной 20гр.
День 6 (понедельник)	День 7 (вторник)	День 8 (среда)	День 9 (четверг)	День 10 (пятница)
Капуста квашеная 60гр. Плов с говядиной 180гр. Чай с сахаром 200гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 20гр. Фрукты по сезону (яблоко) 100гр.	Котлета рубленая из птицы 90гр. Картофель пюре /капуста тушеная 140/40 гр. Сок фруктовый (яблочный) 200 гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 20гр.	Макароны отварные с овощами 155 гр. Оладьи и печени (говяжья) 90гр. Компот из сухофруктов 200 гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 20 гр. Фрукты по сезоны (яблоко) 80 гр.	Каша рисовая молочная 200гр. Яйцо отварное 40гр. Какао с молоком 200 гр. Сыр костромской порциями 10гр. Хлеб пшеничный 30 гр. Хлеб ржаной 20гр.	Овощи соленые (огурец) 60гр. Котлета из говядины 90гр. Рагу овощное 150гр. Сок фруктовый (персиковый) 200гр. Хлеб пшеничный 30гр. Хлеб ржаной 20 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 80гр.

Утверждаю:

Директор МБОУ гимназии № 4

Бобровный В.О.

Компоновка блюд меню (зима-весна) горячих обедов для учащихся 7-11 лет.

День 1 (понедельник)	День 2 (вторник)	День 3 (среда)	День 4 (четверг)	День 5 (пятница)
Борщ с картофелем и свежей капусты 200гр. Птица тушеная с овощами 195гр. Сок фруктовый (абрикосовый) 200гр. Хлеб пшеничный 50гр. Хлеб ржаной 20гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.	Суп картофельный с рыбными фрикадельками 250гр. Омлет с сыром 150гр. Овощи (Горошек отварн. консервированный) 40гр. Кофейный напиток 200гр. Пирожок с печенью 55гр. Хлеб пшеничный 30гр. Хлеб ржаной 20гр.	Суп с крупой и томатом 200гр. Капуста квашеная 60гр. Мясо духовое с картофелем 185гр. Компот из сухофруктов 200гр. Хлеб пшеничный 50гр. Хлеб ржаной 30гр. Фрукты по сезону (яблоко) 105гр.	Суп молочный с макаронами 220гр. Запеканка из творога со сгущенкой 200 гр. Кофейный напиток 200 гр. Сыр костромской порциями 15 гр. Хлеб пшеничный 50гр. Хлеб ржаной 30гр.	Суп картофельный с горохом 200гр. Тефтели рыбные (минтай) 110 гр. Каша рисовая /капуста с яйцом 130/55 Кисель ассорти фруктовое 200 гр. Хлеб пшеничный 50гр. Хлеб ржаной 30гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110гр.
День 6 (понедельник)	День 7 (вторник)	День 8 (среда)	День 9 (четверг)	День 10 (пятница)
Борщ с картофелем 200гр. Капуста квашеная 60гр. Плов с говядиной 185 гр. Чай с сахаром 200гр. Хлеб пшеничный 50 гр. Хлеб ржаной 30гр. Фрукты по сезону (яблоко) 105 гр.	Рассольник ленинградский 200гр. Котлета рубленая из птицы 100гр. Картофель пюре /капуста тушеная 150/40 гр. Сок фруктовый (яблочный) 200 гр. Хлеб пшеничный 50 гр. Хлеб ржаной 30 гр.	Щи из св.капусты с картофелем 200гр. Макароны отварные с овощами 150гр. Оладьи из печени (говяжья) 90 гр. Сок фруктовый (персиковый) 200 гр. Хлеб пшеничный 50гр. Хлеб ржаной 30 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.	Суп картофельный с клецками 200 гр. Каша рисовая молочная 200 гр. Какао с молоком 200 гр. Сыр Костромской порциями 15 гр. Хлеб пшеничный 40 гр. Хлеб ржаной 30гр.	Суп картофельный с фасолью 200 гр. Овощи соленые (огурец) 60гр. Котлета из говядины 100 гр. Рагу овощное 155 гр. Компот из сухофруктов 200 гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 30гр. Фрукты по сезону (яблоко) 105 гр.

Утверждаю:

Директор МБОУ гимназии № 4

Бобровный В.О.

Компоновка блюд меню (зима-весна) горячих завтраков для учащихся 12-18 лет.

День 1 (понедельник)	День 2 (вторник)	День 3 (среда)	День 4 (четверг)	День 5 (пятница)	День 6 (суббота)
Птица тушеная с овощами 200 гр. Сок фруктовый (абрикосовый) 200гр. Хлеб пшеничный 50 гр. Хлеб ржаной 30гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.	Фрикадельки рыбные (минтай) 100/55 гр. Картофель отварной / горошек отварной консервированный 120/75 гр. Кофейный напиток 200гр. Хлеб пшеничный 50 гр. Хлеб ржаной 30гр.	Капуста квашеная 80гр. Мясо духовое с картофелем 200 гр. Компот из сухофруктов 200гр. Хлеб пшеничный 50 гр. Хлеб ржаной 30гр.	Запеканка из творога со сгущенкой 210гр. Чай с сахаром 200 гр. Пирожок печеный с печенью 65 гр. Сыр Костромской порциями 10 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.	Тефтели рыбные (минтай) 120гр. Каша рисовая / капуста с яйцом 180гр. Сок фруктовый (яблочный) 200 гр. Хлеб пшеничный 50гр. Хлеб ржаной 30гр.	Каша молочная овсяная 210гр. Сыр костромской порциями 15 гр. Кофейный напиток 200 гр. Яйцо отварное 50гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 40 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.
День 7 (понедельник)	День 8 (вторник)	День 9 (среда)	День 10 (четверг)	День 11 (пятница)	День 12 (суббота)
Капуста квашеная 80гр. Плов с говядиной 200 гр. Напиток фрукт.(груша дичка) 200гр. Хлеб пшеничный 50 гр. Хлеб ржаной 30 гр.	Котлета рубленая из птицы 100/20 гр. Картофель пюре / кукуруза консервир . 145/50 гр. Компот из сухофруктов 200гр. Хлеб пшеничный 40 гр. Хлеб ржаной 40 гр.	Макароны отварные с овощами 180 гр. Оладьи из печени (говяжья) 100 гр. Компот из сухофруктов 200 гр. Хлеб пшеничный 50 гр. Хлеб ржаной 30 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.	Каша рисовая молочная 210 гр. Яйцо отварное 50 гр. Какао с молоком 200 гр. Сыр Костромской порциями 15 гр. Хлеб пшеничный 50 гр. Хлеб ржаной 30 гр.	Овощи соленые (огурец) 65 гр. Котлета из говядины 100 гр. Рагу овощное 200 гр. Компот из сухофруктов 200 гр. Хлеб пшеничный 45 гр. Хлеб ржаной 30 гр.	Минтай запеченный под соусом 100 гр. Картофель пюре / капуста тушеная 100/80 гр. Чай с сахаром 200 гр. Хлеб пшеничный 40 гр. Хлеб ржаной 40 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 115 гр.

Утверждаю:

Директор МБОУ гимназии № 4

Бобровный В.О.

Компоновка блюд меню (зима-весна) горячих обедов детей ОВЗ для учащихся 12-18 лет.

День 1 (понедельник)	День 2 (вторник)	День 3 (среда)	День 4 (четверг)	День 5 (пятница)	День 6 (суббота)
Борщ с картофелем и св. капусты 250 гр. Птица тушеная с овощами 210гр. Сок фруктовый (абрикосовый) 200гр. Хлеб пшеничный 60гр. Хлеб ржаной 40 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.	Суп картоф. с рыбными фрикадельками 250 гр. Омлет с сыром /Горошек отварной консервированный 190/45 гр. Кофейный напиток 200 гр. Пирожок печеный с печенью 100 гр. Хлеб пшеничный 60гр. Хлеб ржаной 40 гр.	Суп с крупой и томатом 250гр. Капуста квашеная 80гр. Мясо духовое с картофелем 200 гр. Компот из сухофруктов 200 гр. Хлеб пшеничный 70гр. Хлеб ржаной 50 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110гр.	Суп молочный с макаронами 250 гр. Запеканка из творога со сгущенкой 200 гр. Чай с сахаром 200гр. Сыр Костромской порциями 15 гр. Хлеб пшеничный 60 гр. Хлеб ржаной 40 гр.	Суп картофельный с горохом 250 гр. Тефтели мясные 120 гр. Каша рисовая / капуста с яйцом 180 гр. Сок фруктовый (яблочный) 200 гр. Хлеб пшеничный 60 гр. Хлеб ржаной 40 гр.	Суп с крупой и мясными фрикадельками 250/35гр. Каша молочная овсяная 220 гр. Сыр Костромской порциями 15 гр. Кофейный напиток 200 гр. Хлеб пшеничный 70 гр. Хлеб ржаной 40 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110гр.
День 7 (понедельник)	День 8 (вторник)	День 9 (среда)	День 10 (четверг)	День 11 (пятница)	День 12 (суббота)
Борщ с картофелем 250гр. Капуста квашеная 80 гр. Плов с говядиной 200 гр. Напиток груша дичка 200гр. Хлеб пшеничный 70 гр. Хлеб ржаной 40 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.	Рассольник ленинградский 250гр. Котлета рубленая из птицы 100/25 гр. Картофельное пюре /кукуруза конс 120/70 Компот из сухофруктов 200 гр. Хлеб пшеничный 60гр. Хлеб ржаной 40 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110 гр.	Щи из св/капусты с картофелем 250гр. Макароны отварные с овощами 180гр. Оладьи из печени (говяжья) 110 гр. Сок фруктовый (персиковый) 200 гр. Хлеб пшеничный 60гр. Хлеб ржаной 50 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 110гр.	Суп картофельный с клецками 250гр. Запеканка рисовая со сгущенкой 200 гр. Какао с молоком 200 гр. Сыр Костромской порциями 15гр. Хлеб пшеничный 60гр. Хлеб ржаной 40 гр.	Суп картофельный с фасолью 250гр. Овощи соленые (огурец) 60 гр. Котлета из говядины 100 гр. Рагу овощное 200 гр. Компот из сухофруктов 200 гр. Хлеб пшеничный 70 гр. Хлеб ржаной 40 гр.	Суп макаронными изделиями 250гр. Минтай запеченный под соусом 120гр. Картофель пюре /капуста тушеная 100/80 Чай с молоком 200 гр. Хлеб пшеничный 60гр. Хлеб ржаной 44 гр. Фрукты по сезону (яблоко) 115 гр.