

Школа ГБОУ СО "Кировградская школа-интернат"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория 12 лет и старше основные

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная молочная с маслом
			гор.напиток	Чай с молоком
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным и сыром
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			итого	
1	1	Завтрак 2	фрукты	
			кисломол.	Йогурт питьевой
			итого	
1	1	Обед	закуска	Салат из свеклы с сыром и чесноком
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной
			2 блюдо	Плов по-узбекски
			гарнир	
			3блюдо	Напиток "Ягодный"
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
1	1	Полдник	гор.блюдо	Омлет натуральный с маслом сливочным
			напиток	Сок
			фрукты	Фрукт (яблоко)
			итого	
1	1	Ужин	гор.блюдо	Поджарка из свинины
			гарнир	Картофель отварной, овощи свежие поджаренные
			напиток	Кисель
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			булочное	Сосиска в тесте
			итого	
1	1	Ужин 2		
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным и повидлом
			напиток	Чай с сахаром
			фрукты	
			итого	
1	1	Итого за день:		
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный рисовый с маслом
			гор.напиток	Кофейный напиток на молоке

			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			итого	
1	2	Завтрак 2	фрукты	Фрукт (апельсин)
			итого	
1	2	Обед	закуска	Салат из свежих овощей
			1 блюдо	Суп картофельный с мясными фрикадельками
			2 блюдо	Котлета "здоровье"
			гарнир	Капуста тушеная
			3 блюдо	Сок
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
1	2	Полдник	гор.блюдо	Макароны, запеченные с сыром
			напиток	Кисель "Витошка"
			кисломол.	Йогурт в упаковке
			итого	
1	2	Ужин	гор.блюдо	Суфле рыбное (паровое)
			гарнир	Картофель запеченный
			напиток	Напиток витаминизированный
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			закуска	Салат картофельный с соленым огурцом
			итого	
1	2	Ужин 2		
			булочное	Ватрушка с творогом
			напиток	Какао с молоком
			итого	
1	2	Итого за день:		
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная "Дружба" с маслом
			гор.напиток	Какао с молоком
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			кисломол.	Йогурт в упаковке
			итого	
1	3	Завтрак 2		
			сладкое	Печенье

			напиток	Напиток яблочный
			итого	
1	3	Обед	закуска	Салат из свежей капусты с чесноком
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми с гренками
			2 блюдо	Рыба, запеченная в омлете
			гарнир	Пюре картофельное с маслом сливочным
			3 блюдо	Напиток из кураги и свежих яблок
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
1	3	Полдник	булочное	Пирожки печеные с печенью
			напиток	Сок
			фрукты	Фрукт (мандарин)
			итого	
1	3	Ужин	гор.блюдо	Голубцы мясные с овощами
			гарнир	Овощи натуральные, свежие
			напиток	Чай с сахаром
			хлеб пшен.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			булочное	Оладьи с (сгущенное молоко, повидло)
			итого	
1	3		кисломол.	Напиток "Снежок"
			булочное	
			напиток	
			фрукты	Яблоко
			итого	
1	3	Итого за день:		
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Пудинг из творога со сгущенным молоком
			гор.напиток	Кисель "Витошка"
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			сладкое	Пряники
			итого	
1	4	Завтрак 2	фрукты	Фрукт "банан"
			итого	
1	4	Обед	закуска	Яйцо вареное со свеж.огурцом
			1 блюдо	Свекольник со сметаной
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему (свинина)
			гарнир	
			3 блюдо	Сок
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный

			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
1	4	Полдник	булочное	Булочка с вар. сгущенкой
			напиток	Чай фруктовый аром.
			кисломол.	Йогурт в упаковке
			итого	
1	4	Ужин	гор.блюдо	Бедро куриное запеченное
			гарнир	Рагу овощное (3й вариант)
			гор.напиток	Напиток витаминизированный из шиповника
			хлеб пшен.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			закуска	Салат витаминный (2й вариант)
			итого	
1	4	Ужин 2		
			гор.блюдо	Сосиски отварные
			напиток	Чай с сахаром
			итого	
1	4	Итого за день:		
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшенная молочная с маслом
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			кисломол.	Сырок творожный
			итого	
1	5	Завтрак 2		
			сладкое	Печенье
			напиток	Напиток ягодный
			итого	
1	5	Обед	закуска	Овощи натуральные свежие
			1 блюдо	Уха рыбацкая (горбуша)
			2 блюдо	Шницель мясной
			гарнир	Рагу овощное
			3 блюдо	Напиток из плодов шиповника
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
1	5	Полдник	булочное	Коржик молочный
			напиток	Сок
			фрукты	Фрукт (яблоко)

			<i>итого</i>	
1	5	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	
1	5	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	5	Итого за день:		
1	6	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			<i>итого</i>	
1	6	Завтрак 2	фрукты	
			<i>итого</i>	
1	6	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			<i>итого</i>	
1	6	Полдник	булочное	
			напиток	
			<i>итого</i>	
1	6	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			<i>итого</i>	

1	6	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			итого	
1	6	Итого за день:		
1	7	Завтрак	гор.блюдо	
			гор.напиток	
			хлеб	
			фрукты	
			итого	
1	7	Завтрак 2	фрукты	
			итого	
1	7	Обед	закуска	
			1 блюдо	
			2 блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб бел.	
			хлеб черн.	
			итого	
1	7	Полдник	булочное	
			напиток	
			итого	
1	7	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	
			итого	
1	7	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	
			напиток	
			фрукты	
			итого	
1	7	Итого за день:		

2	1	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронными изделиями
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным
			гор.напиток	Чай с лимоном
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			фрукты	
			итого	
2	1	Завтрак 2	фрукты	Фрукт "банан"
			итого	
2	1	Обед	закуска	Салат "Зеленый"
			1 блюдо	Суп рисовый с мясом (харчо)
			2 блюдо	Свинина, тушенная с капустой и яблоками
			гарнир	
			3 блюдо	Сок
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
2	1	Полдник	булочное	
			напиток	Напиток витаминизированный "Витошка"
			гор.блюдо	Сырники из творога со сгущен. молоком
			кисломол.	Йогурт в упаковке
			итого	
2	1	Ужин	гор.блюдо	Горбуша запеченная
			гарнир	Пюре картофельное с маслом сливочным
			напиток	Компот из свежих ягод
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			закуска	Салат из моркови
			итого	
2	1	Ужин 2	кисломол.	Кисломолочная продукция "Снежок"
			булочное	Кондитерское изделие
			напиток	
			фрукты	
			итого	
2	1	Итого за день:		
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая молочная с маслом слив.
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			фрукты	
				Яйцо вареное
			итого	

2	2	Завтрак 2	фрукты	
			сладкое	Круассан
			напиток	Напиток витаминизированный "Витошка"
			итого	
2	2	Обед	закуска	Салат "Школьные годы"
			1 блюдо	Суп картофельный протертый (с гренками)
			2 блюдо	Печень по-строгановски
			гарнир	Каша гречневая, рассыпчатая
			3 блюдо	Напиток "ягодный"
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
2	2	Полдник	булочное	
			напиток	Сок
			гор.блюдо	Суфле из кур или бройлеров-цыплят с рисом
			закуска	Овощи натуральные свежие
			итого	
2	2	Ужин	гор.блюдо	Запеканка картофельная с мясом и соусом
			гарнир	
			напиток	Чай с сахаром
			хлеб пшен.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			закуска	Салат "Сельдь под шубой"
			итого	
2	2	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	Пирожки печеные с капустой
			напиток	Кисель молочный
			фрукты	
			итого	
2	2	Итого за день:		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша овсяная "геркулес" молочная с маслом слив.
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным и сыром
			гор.напиток	Какао с молоком
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			фрукты	
			итого	
2	3	Завтрак 2	фрукты	Фрукт "Банан"
			итого	
2	3	Обед	закуска	Винегрет овощной с сельдью
			1 блюдо	Суп-лапша домашняя с курой
			2 блюдо	Запеканка картофельная с мясом и соусом
			гарнир	

			3 блюдо	Напиток "здоровье"
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
2	3	Полдник	булочное	Пицца школьная
			напиток	Сок
			фрукты	Фрукт (яблоко)
			итого	
2	3	Ужин	гор.блюдо	Сосиски, сардельки отварные
			гарнир	Капуста цветная или белокачанная, запеченная в соусе
			напиток	Компот из цитрусовых
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			закуска	Омлет натуральный с сыром
			итого	
2	3	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	Бутерброд горячий с сыром
			напиток	Чай с лимоном
			фрукты	
			итого	
2	3	Итого за день:		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Суфле творожное со сгущенным молоком
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным
			гор.напиток	Чай с молоком
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			фрукты	
			кисломол.	Йогурт в упаковке
			итого	
2	4	Завтрак 2	фрукты	
			кондитер.	Печенье
			напиток	Сок
			итого	
2	4	Обед	закуска	Салат витаминный (2 вариант)
			1 блюдо	Суп картофельный с рыбной консервой
			2 блюдо	Азу (Свинина)
			гарнир	
			3 блюдо	Напиток витаминизированный "Витошка"
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
2	4	Полдник	булочное	Гребешок с повидлом
			напиток	Молоко кипяченое

			фрукты	Фрукт (яблоко)
			итого	
2	4	Ужин	гор.блюдо	Рыба, тушенная с овощами
			гарнир	Картофель отварной с маслом сливочным
			напиток	Напиток из свежих фруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			закуска	Салат из белокочанной капусты "Здоровье"
			итого	
2	4	Ужин 2	кисломол.	
			булочное	Блинчики со сгущенным молоком
			напиток	Какао с молоком
			фрукты	
			итого	
2	4	Итого за день:		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша ячневая вязкая с маслом
			хлеб	Бутерброд с маслом сливочным и сыром
			гор.напиток	Чай сладкий с шиповником
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			фрукты	
			итого	
2	5	Завтрак 2	фрукты	Фрукт "Апельсин"
			итого	
2	5	Обед	закуска	Овощи натуральные свежие
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной
			2 блюдо	Биточки куриные
			гарнир	Пюре картофельное с морковью
			3 блюдо	Сок
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	Хлеб ржаной
			итого	
2	5	Полдник	булочное	Печенье
			напиток	Йогурт питьевой
				Творожок для детского питания в индивидуальной упаковке
			кисломол.	
			фрукты	Фрукт (яблоко)
			итого	
2	5	Ужин	гор.блюдо	
			гарнир	
			напиток	
			хлеб	