

Примерное 12-дневное цикличное меню завтраков для детей 7-10, 11-18 лет.

для школ № 7, 12, 14, 16, 18, 19, 22, 26, 28, 29, 32, 34, 36, 37.

Неделя: 1

День: понедельник		День: вторник	
№ д/д	Наименование блюда	№ д/д	Наименование блюда
1	Салат «Икра кабачковая»	1	Салат «Овощи по сезону»
2	Сосиска отварная	2	Куриная котлета рубленая
3	Макароны отварные с сыром	3	Пюре картофельное
4	Сок натуральный	4	Компот из сухофруктов (с аскорбиновой кислотой)
5	Хлеб пшеничный	5	Хлеб пшеничный
6	Хлеб ржано-пшеничный	6	Хлеб ржано-пшеничный
7	Фрукты (по сезону)	7	Доп. Питание молоко 2,5%
День: среда		День: четверг	
№ д/д	Наименование блюда	№ д/д	Наименование блюда
1	Масло порциями сливочное	1	Салат «Овощи по сезону»
2	Колбаса в/к	2	Котлета рубленая из филе грудки
3	Тефтели говяжьи с рисом	3	Омлет натуральный
4	Каша рассыпчатая с маслом	4	Чай с сахаром и лимоном
5	Компот из свежих яблок (с аскорбиновой кислотой)	5	Хлеб пшеничный
6	Хлеб пшеничный	6	Хлеб ржано-пшеничный
7	Хлеб ржано-пшеничный	7	Фрукты (по сезону)
8	Фрукты (по сезону)		
День: пятница		День: суббота	
№ д/д	Наименование блюда	№ д/д	Наименование блюда
1	Салат «Икра морковная»	1	Салат «Овощи по сезону»
2	Тефтели говяжьи с рисом	2	Котлета рубленая из филе грудки
3	Каша рассыпчатая с маслом	3	Омлет натуральный
4	Компот из свежих яблок (с аскорбиновой кислотой)	4	Чай с сахаром и лимоном
5	Хлеб пшеничный	5	Хлеб пшеничный
6	Хлеб ржано-пшеничный	6	Хлеб ржано-пшеничный
7	Фрукты (по сезону)	7	Фрукты (по сезону)

Неделя: 2

День: понедельник		День: вторник	
№ д/д	Наименование блюда	№ д/д	Наименование блюда
1	Салат «Икра кабачковая»	1	Салат «Овощи по сезону»
2	Филе птицы тушеное в соусе	2	Котлета из говядины
3	Макароны отварные с сыром	3	Капуста свежая тушеная
4	Чай с сахаром и лимоном	4	Компот из сухофруктов (с аскорбиновой кислотой)
5	Хлеб пшеничный	5	Хлеб пшеничный
6	Хлеб ржано-пшеничный	6	Хлеб ржано-пшеничный
7	Доп. Питание молоко 2,5%	7	Фрукты (по сезону)
8	Фрукты (по сезону)		
День: среда		День: четверг	
№ д/д	Наименование блюда	№ д/д	Наименование блюда
1	Сыр порциями	1	Салат «Овощи по сезону»
2	Масло порциями сливочное	2	Скумбрия запеченная (филе)
3	Запеканка из творога со сгущенным молоком	3	Рис припущенный
4	Какао с молоком	4	Компот из свежих яблок (с аскорбиновой кислотой)
5	Хлеб пшеничный	5	Хлеб пшеничный
6	Хлеб ржано-пшеничный	6	Хлеб ржано-пшеничный
7	Фрукты (по сезону)	7	Фрукты (по сезону)
День: пятница		День: суббота	
№ д/д	Наименование блюда	№ д/д	Наименование блюда
1	Салат «Икра свекольная»	1	Салат «Овощи по сезону»
2	Филе птицы тушеное в соусе	2	Печень жареная с луком
3	Каша гречневая рассыпчатая	3	Пюре картофельное
4	Кисель из замороженных ягод (с аскорбиновой кислотой)	4	Компот из сухофруктов (с аскорбиновой кислотой)
5	Хлеб пшеничный	5	Хлеб пшеничный
6	Хлеб ржано-пшеничный	6	Хлеб ржано-пшеничный
7	Фрукты (по сезону)	7	Фрукты (по сезону)