

Сезонное меню на летний период 2022-2023 учебного года СП «Детский сад №62»

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ГБОУ СОШ № 4 г.о. Сызрань
 _____ С.Ю.Титова
 Приказ №710 от 31.08.2022 г.

День недели	Завтрак	Завтрак 2	Обед	Уплотненный полдник
День 1	1.Каша пшеничная на сгущенном молоке 180/200 2.Чай с сахаром 180/200 3.Батон с повидлом 18/35*20/35	1.СОК 200/200	1.Щи с рыбными консервами 150/250 2.Картофельное пюре 160/180 3.Тефтели куриные с рисом в том.подливе 68/68 4.Икра кабачковая порционно 30/30 5.Компот из свежих плодов 180/200 6.Хлеб ржаной, пшеничный 30/40*35/45	1.Лакомка из творога 120/130 2.Салат из свежей моркови 65/75 3.Какао на молоке 180/200
День 2	1.Каша рисовая молочная 180/200 2.Кофейный напиток на молоке 180/200 3.Батон с сыром 13/30*14/35	1.Фрукт 120/130	1.Суп картофельный на мясном бульоне с зеленым горошком 150/250 2.Рисовая запеканка с мясом 170/180 3.Салат из свежей капусты 60/10 4.Компот из кураги 180/200 6.Хлеб ржаной 40/45	1.Рыба под омлетом 110/125 2. Салат из свеклы с черносливом 100/110 3.Чай с сахаром и лимоном 180/200 4.Хлеб пшеничный 30/35
День 3	1.Каша гречневая молочная 180/200 2. Какао на молоке 180/200 3.Батон со сливочным маслом 30/5*35/5	1.Лимонный напиток 180/200 2.Вафли 25/25	1.Свекольник на мясном бульоне со сметаной 150/10*250/10 2.Макароны отварные 100/120 3.Котлета мясная 70/80 4.Салат из св. помидор и зелени 55/58 5.Компот из свежих яблок и кураги 180/200 6.Хлеб ржаной, пшеничный 30/40*35/45	1.Суп молочный вермишелевый 180/200 2.«Снежок» сладкий 180/200 3.Булочка с изюмом 50/55
День 4	1. Каша пшеничная молочная 180/200 2.Кофейный напиток на молоке 180/200 3. Батон с повидлом 18/30*20/35	1.Фрукт 120/130	1.Суп-лапша с курицей 150/250 2.Жаркое по-домашнему 190/210 3.Огурец свежий порционно 50/55 4.Компот из сухофруктов 180/200 5.Хлеб ржаной 40/45	1.Рыба, припущенная с овощами и яйцом 110/120 2.Салат из св.капусты и кукурузы сладкой 70/80 3.Чай с сахаром и лимоном 180/200 4..Хлеб пшеничный 30/35
День 5	1.Каша ассорти молочная 180/200 2.Какао на молоке 180/200 3.Батон с сыром 13/30*14/35	1.Сок 200/200	1.Рассольник на мясном бульоне со сметаной 150/10*250/10 2.Биточка мясная 70/80 3. Капуста тушеная 120/130 4. Помидор свежий порционно 55/57 5.Напиток из плодов шиповника 180/200 6.Хлеб ржаной, пшеничный 30/40*35/45	1.Творожная запеканка со сгущенным молоком 120/20*130/20 2.Салат из св. моркови 55/60 3. Морс из ягод 180/200
День 6	1.Каша манная на сгущенном молоке 180/200 2. Чай с сахаром 180/200 3.Батон с повидлом 18/30*20/35	1.Лимонный напиток 180/200 2.Печенье 25/25	1.Борщ вегетарианский со сметаной 150/10*250/10 2.Пирог с капустой и яйцом 110/120 3.Винегрет 140/150 5.Компот из кураги 180/200 6.Хлеб ржаной 40/45	1.Пудинг из творога с изюмом со сгущенным молоком 120/20*130/20 2.Салат из свежей моркови 75/80 3.Какао на молоке 180/200

День 7	1. Каша пшеничная молочная 180/200 2. Кофейный напиток на молоке 180/200 3. Батон с сыром 13/30*14/35	1. Фрукт 120/130	1. Щи из св. капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной 150/250 2. Гуляш мясной 90/100 3. Каша гречневая рассыпчатая 100/110 4. Огурец свежий порционно 50/52 5. Компот из свежих плодов 180/200 6. Хлеб ржаной 40/45	1. Тефтели рыбные в томатном соусе 90/100 2. Салат из картофеля и солеными огурцами 110/125 3. Чай с сахаром и лимоном 180/200 4. Хлеб пшеничный 30/35
День 8	1. Каша рисовая молочная 180/200 2. Какао на молоке 180/200 3. Батон со сливочным маслом 30/5*35/5	1. Сок 200/200	1. Суп картофельный с курицей 150/250 2. Тушеные овощи 140/150 3. Шницель мясной 70/80 4. Помидор свежий порционно 55/57 5. Напиток из плодов шиповника 180/200 6. Хлеб ржаной, пшеничный 30/40*35/45	1. Ватрушка с творогом 110/115 2. Салат из св. моркови и яблок 80/85 3. «Снежок» сладкий 180/200
День 9	1. Каша ассорти молочная 180/200 2. Кофейный напиток на молоке 180/200 3. Батон с повидлом 30/18*35/20	1. Фрукт 120/130	1. Борщ на мясном бульоне со сметаной 150/10*250/10 2. Макарунник с мясом птицы и том. подливом 170/20*180/20 4. Огурец свежий порционно 55/57 5. Компот из кураги 180/200 6. Хлеб ржаной 40/45	1. Пудинг рыбный запеченный 170/180 2. Салат из св. капусты и кукурузы сладкой 75/80 3. Чай с сахаром и лимоном 180/200 4. Хлеб пшеничный 30/35
День 10	1. Каша геркулесовая молочная вязкая 180/200 2. Какао на молоке 180/200 3. Батон с сыром 30/13*35/14	1. Сок 200/200	1. Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне 150/10*250/10 2. Тефтели из говядины с рисом 70/80 3. Картофельное пюре 160/180 4. Салат из св. помидор и зелени 55/58 5. Компот из сухофруктов 180/200 6. Хлеб ржаной 40/45	1. Омлет натуральный 90/100 2. Винегрет 140/150 3. Морс из ягод 180/200 4. Хлеб пшеничный 30/35



С=RU, О=ГБОУ СОШ №4 г.о. Сызрань,
 CN=Титова Светлана Юрьевна,
 E=school4_szr@samara.edu.ru
 009015c63bd9528286
 2022.08.31 17:50:13+04'00'