

3-я неделя

Прием пищи, раздел		3-й понедельник (день №15)	3-й вторник (день №16)	3-я среда (день №17)	3-й четверг (день №18)	3-я пятница (день №19)	3-я суббота (день №20)	3-й воскресенье (день №21)
Завтрак 1	1	Каша пшеничная молочная жидкая 200	Каша овсяная вязкая 200	Каша манная молочная жидкая 200	Каша кукурузная молочная жидкая 200	Омлет натуральный вариант (2) 200	Каша "Дружба" 200	Каша пшеничная вязкая 200
	2	Сыр полутвердый (порциями) 30	Яйцо вареное 2 40	Сыр полутвердый (порциями) 30	Рыба соленая (порциями кета) 30	Горошек зеленый 60	Яйцо вареное 2 40	Сыр полутвердый (порциями) 30
	3	Масло сливочное (порциями)вари ант(2) 10	Масло сливочное (порциями)вари ант(2) 10	Масло сливочное (порциями)вари ант(2) 10	Масло сливочное (порциями)вари ант(2) 10	Масло сливочное (порциями)вари ант(2) 10	Масло сливочное (порциями)вари ант(2) 10	Масло сливочное (порциями)вари ант(2) 10
	4	Кофейный напиток с молоком вариант (2) 200	Какао с молоком 4 200	Молоко кипяченое 2.5% 200	Кофейный напиток с молоком вариант (2) 200	Какао с молоком вариант(2) 200	Молоко кипяченое 2.5% 200	Кофейный напиток с молоком вариант (2) 200
	5	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 30
	6	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 55	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 30
Завтрак 2	1	Сок в индивидуальной упаковке в ассортименте 0,2(вишневый) 200	Сок в индивидуальной упаковке в ассортименте 0,2(апельсиновый) 200	Сок в индивидуальной упаковке в ассортименте 0,2(малиновый) 200	Сок в индивидуальной упаковке в ассортименте 0,2(яблочный) 200	Сок в индивидуальной упаковке в ассортименте 0,2(грушевый) 200	Сок в индивидуальной упаковке в ассортименте 0,2(сливовый) 200	Сок в индивидуальной упаковке в ассортименте 0,2(мультифрукт) 200
	Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне с курицей и сметаной 250	Суп гороховый на мясном бульоне с(мясом) 250	Суп картофельный на рыбном бульоне с рыбой (треска) 250	Щи из квашеной капусты с картофелем и мясом на мясном бульоне со сметаной 250	Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне(курой) 250	Рассольник ленинградский на рыбном бульоне с рыбой и сметаной. 250	Суп из овощей с фрикадельками мясными 250
Обед	2	Картофель отварной с луком 200	Запеканка картофельная с говядиной 200	Капуста тушеная с курой 230	Картофель, запеченный в сливочном масле 200	Жаркое домашнему 2 230	Капуста цветная(свежая) запеченная с растительным маслом. 200	Картофельное пюре 160
	3	Шницель рыбный натуральный 100			Котлета рыбная (треска) 100		Бефстроганов из отварной говядины 90	Рыба, запеченная с сыром и луком 90
	4	Огурец в нарезке 60	Перец болгарский в нарезке 60	Салат из моркови и чернослива 60	Помидор в нарезке 80	Салат из моркови с зеленым горошком 60	Салат из свеклы с сыром 60	Огурец в нарезке 60
	5	Компот из яблок и вишни 200	Напиток из шиповника 2 с черносливом 200	Кисель из кураги 200	Компот из смеси сухофруктов 2 200	Компот из яблок с лимоном 200	Компот из свежих плодов и ягод 200	Кисель из кураги 200
	6	Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 30
Полдник	7	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 50	Хлеб пшеничный 50	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 20
	1	Запеканка из творога (творог 9%) 180	Пирожки печеные с повидлом 60	Запеканка из творога с бананом (творог 9%) 180	Коржики молочные 60	Французская ватрушка вариант 2 60	Пирожки печеные с яблоками 60	Ватрушки 30
	2	Компот из апельсинов с яблоками 180	Напиток из шиповника вариант (3) 180	Компот из вишни 200	Напиток из шиповника вариант (3) 180	Молоко кипяченое 2.5% 200	Компот из яблок с лимоном 200	Молоко кипяченое 2.5% 200
	3	Молоко сгущенное 10		Молоко сгущенное 10			Молоко сгущенное 10	Йогурт 2.5% в индивидуальной упаковке 125
Ужин 1	4	Фрукты в ассортименте (яблоки) 120	Фрукты в ассортименте (груши) 120	Фрукты в ассортименте (абрикосы) 120	Фрукты в ассортименте (слива) 120	Фрукты в ассортименте (черешня) 120	Фрукты в ассортименте (бананы) 120	Фрукты в ассортименте (персики) 120
	1	Макаронные отварные 180	Капуста цветная(свежая) запеченная с растительным маслом. 200	Картофельное пюре 180	Макароник с сердцем (говяжье) 180	Рагу из овощей и мяса 200	Рыба, запеченная с картофелем пор-русски 200	Капуста тушеная 180
	2	Сердце в соусе 100	Котлеты из курицы 90	Тефтели из говядины (паровые) 90				Гуляш из кури со сметаной 100
	3	Помидор в нарезке 60	Огурец в нарезке 60	Горошек зеленый 60	Перец болгарский в нарезке 60	Помидор в нарезке 60	Салат витаминный 60	Огурец в нарезке 60
	4	Чай с лимоном и сахаром 200	Чай с сахаром вар. 3 200	Чай с лимоном и сахаром вариант (2) 200	Чай с лимоном и сахаром 200	Чай с лимоном и сахаром 200	Чай с сахаром (2) 200	Чай с лимоном и сахаром 200
	5	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20	Хлеб ржаной 20
Ужин 2	6	Хлеб пшеничный 50	Хлеб пшеничный 50	Хлеб пшеничный 50	Хлеб пшеничный 50	Хлеб пшеничный 50	Хлеб пшеничный 50	Хлеб пшеничный 40
	1	Ряженка 2.5% в индивидуальной упаковке 150	Йогурт 2.5% в индивидуальной упаковке 150	Кефир 2.5% в индивидуальной упаковке 150	Ряженка 2.5% в индивидуальной упаковке 150	Йогурт 2.5% в индивидуальной упаковке 150	Кефир 2.5% в индивидуальной упаковке 150	Ряженка 2.5% в индивидуальной упаковке 150
	2	Сушки 50	Сушки 50	Сушки 50	Сушки 50	Сушки 50	Сушки 50	

Составил

В.А. Караново-О.А.

Дата

03.03.2026г.

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга СПб Речь 2008 -200 под редакцией Куткиной М.Н

Сборник рецептов на продукцию обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2016 г Редакция Могильного М.П и Тутельяна В.А.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания СПб.Профи 2018-776 стр Составили:Голунова Л.Е ,Лабзина М.т

Сборник технологических карт ,рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания . Издание шестое Часть 1 и часть 2 ОООФирма Партнер Уфа 2024 г

Сборник Семидневное меню для основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного питания в медицинских организациях Российской Фед, Москва 2014 г Тутельян В.А

Сборник Рецептур и таблиц ,схем в формировании правильного питания для детей и взрослых 2021 -403 стр автор Г.Сигур

Единый сборник технологических нормативов ,рецептур блюд и кулинарных изделий :для детских садов,школ ,детских оздоровительных лагерей ,школ-интернатов , специальных учреждений для несовершеннолетних нуждающихся в социальной реабилитации. .г. Пер Пермь 2024 г-773 стр.