

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
<b>Завтрак</b>				
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ 180	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ 40	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 130/20	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 180/20
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 120	ЧАЙ С САХАРОМ 160	КАКАО С МОЛОКОМ 200
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ 50
КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЯБЛОКО 100	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30			
<b>II завтрак</b>				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100
<b>Обед</b>				
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 30	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ 50	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ ) 40
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 180	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 200	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200/10
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ БРОЙЛЕРОВ (ПАРОВЫЕ) 75	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 150	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 75	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) 85	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ 160
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 130	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 200
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 160	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	
<b>Полдник</b>				
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 75	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 120/20	ТЕФТЕЛИ (1-й ВАРИАНТ) 60/30	ПТИЦА ТУШЕНАЯ 70	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 50
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ 110	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 130	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 50	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 180	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 50	ЧАЙ С МОЛОКОМ 160
ЧАЙ С САХАРОМ 180		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100
		ПЕЧЕНЬЕ 40		

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ 30	КАША "ДРУЖБА" 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 160	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 130/20
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ЧАЙ С САХАРОМ 160
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	ЧАЙ С САХАРОМ 160	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	
<b>II завтрак</b>				
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 100
<b>Обед</b>				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 200	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 150/50	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ 200/10
ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 150	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ) 65	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 180	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 180	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 80
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30			ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
<b>Полдник</b>				
ПЛОВ СЛАДКИЙ 150	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ СО СТУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 100/20	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, РУБЛЕННЫЕ 60	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 50	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ 120/20
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	МОЛОКО 180
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/7	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ 180	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ 100
		ПЕЧЕНЬЕ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	

Утверждаю  
Директор МБОУ  
«Карьерновская средняя школа»  
Саттарова Э.И.  
Приказ № 44 от 26.04.2023г.

### Десятидневное меню

для организации питания детей от 3 до 7 лет с 10,5 часовым пребыванием,  
структурного подразделения МБОУ «Карьерновская средняя школа»- детский сад  
«Солнышко» села Карьерное  
Сакского района Республики Крым

2023г.