

Утверждаю
и.о.директора МАОУ прогимназии «Кристина»

М.С.В. Кучукбаева

« 2 » *декабрь* 2024



ЗИМНЕЕ МЕНЮ (ШКОЛА)

6 день/02.12.24	7 день/03.12.24	8 день/04.12.24	9 день/05.12.24	10 день/06.12.24
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
1.Каша «Геркулес» на молоке	1.Пудинг из творога со сгущенным молоком	1.Каша гречневая молочная	1.Огурец в нарезке/икра из кабачков	1.Суп молочный с вкормишелью
2.Кофейный напиток с молоком	2. Какао с молоком	2.Кофейный напиток с молоком	2.Омлет натуральный	2. Кофейный напиток с молоком
3. Батон с маслом, сыр	3. Батон с маслом	3.Батон с маслом ,сыр	3.Батон с маслом	3.Батон с маслом, сыр
4.Сок	4. Сок	4. Биомороженое	4. Какао с молоком	4.Фрукт
5. Биомороженое			5. Фрукт	
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1.Салат из моркови с чесноком	1. Салат из белокачанной капусты с кукурузой	1. Салат из свеклы с соленым огурцом	1. Салат из моркови и яблок	1.Помидор в нарезке
2. Борщ на м/к бульоне со сметаной	2.Суп с мясными фрикадельками	2. Суп гороховый на курином бульоне с гречками	2. Свекольник на м/к бульоне со сметаной	2. Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной
3.Жаркое по- домашнему	3.Котлеты рыбные (минтай) с соусом	3. Биточки из птицы с соусом	3. Плов из говядины	3.Шницель из говядины с соусом
	4. Картофельное пюре	4 Макароны с маслом	4. Компот из кураги	4. Капуста тушеная
5.Компот из сухофруктов	5.Компот из ягоды	5.Компот из изюма	4. Компот из кураги	5.Кисель из ягоды
6.Хлеб пшен., ржан.	6. Хлеб ржаной , пшен.	6.Хлеб ржаной, пшен.	5. Хлеб ржаной, пшен.	6.Хлеб ржаной, пшеничный
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1.Крендель сахарный	1. Зефир	1.Сосиска в тесте	1.Пряник	1.Ватрушка с творогом
2.Ряженка	2. Чай без сахара	2. Чай с лимоном	2.Кефир	2. Йогурт
3.Фрукт	3. Фрукт		3. Сок	3. Биомороженое

1 день/09.12.24	2 день/10.12.24	3 день/11.12.24	4 день/12.12.24	5 день/13.12.24
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
1.Каша «Дружба» на молоке	1.Огурец в нарезке/кукуруза консерв.	1.Каша манная молочная	1.Запеканка из творога со сгущ.молоком	1.Каша кукурузная молочная
2.Кофейный напиток с молоком	2.Омлет натуральный	2.Кофейный напиток с молоком	2.Какао с молоком	2.Кофейный напиток с молоком
3.Хлеб пшеничный с маслом, сыр	3.Батон с маслом	3.Батон с маслом, сыр	3.Батон с маслом	3.Батон с маслом, сыр
4.Сок	4.Какао с молоком	4. Биомороженое	4. Фрукт	4.Фрукт
5.Биомороженое	5.Фрукт			
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1.Салат из моркови	1. Салат из свеклы с чесноком	1. Салат из св.капусты с морковью	1. Винегрет	1.Помидор в нарезке
2. Суп с крупой (пшено) на м/к со сметаной	2.Щи из квашеной капусты на м/к со сметаной	2. Суп лапша на курином бульоне	2.Суп с крупой (перловка) на м/к со сметаной	2.Суп рыбный (горбуша) с картофелем
3.Тефтели из говядины с соусом	3.Рыба (горбуша), тушеная с овощами	3. Котлета из птицы с соусом	3. Биточки из говядины	3.Печень по строгановски
4.Сложный гарнир	4.Рис с овощами	4. Картофельное пюре	4.Капуста тушеная	4.Гречка рассыпчатая с маслом
5.Компот из сухофруктов.	5. Компот из ягоды	5.Напиток из шиповника	5. Кисель из ягоды	5.Компот из кураги
6.Хлеб пшен.,ржан.	6. Хлеб пшен.,ржан	6. Хлеб пшен.,ржаной	6. Хлеб пшен.,ржан	6. Хлеб пшен.,ржан
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1.Батон с повидлом	1.Сырники со сгущенным молоком	1. Печенье	1. Булочка «Российская»	1.Вафли
2.Кефир	2. Чай без сахара	2. Йогурт	2. Снежок	2.Чай с лимоном
3.Фрукт		3. Фрукт	3. Биомороженое	3. Сок

6 день/16.12.24	7 день/17.12.24	8 день/18.12.24	9 день/19.12.24	10 день/20.12.24
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
1.Каша «Геркулес» на молоке	1.Пудинг из творога со сгущенным молоком	1.Каша гречневая молочная	1.Огурец в нарезке/икра из кабачков	1.Суп молочный с вкормишелью

2.Кофейный напиток с молоком	2. Какао с молоком	2.Кофейный напиток с молоком	2.Омлет натуральный	2. Кофейный напиток с молоком
3. Батон с маслом, сыр	3. Батон с маслом	3.Батон с маслом ,сыр	3.Батон с маслом	3.Батон с маслом, сыр
4.Сок	4. Сок	4. Биомороженое	4. Какао с молоком	4.Фрукт
5. Биомороженое			5. Фрукт	
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1.Салат из моркови с чесноком	1. Салат из белокачанной капусты с кукурузой	1. Салат из свеклы с соленым огурцом	1. Салат из моркови и яблок	1.Помидор в нарезке
2. Борщ на м/к бульоне со сметаной	2.Суп с мясными фрикадельками	2. Суп гороховый на курином бульоне с гречками	2. Свекольник на м/к бульоне со сметаной	2. Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной
3.Жаркое по- домашнему	3.Котлеты рыбные (минтай) с соусом	3. Биточки из птицы с соусом	3. Плов из говядины	3.Шницель из говядины с соусом
	4. Картофельное пюре	4 Макароны с маслом	4. Компот из кураги	4. Капуста тушеная
5.Компот из сухофруктов	5.Компот из ягоды	5.Компот из изюма	4. Компот из кураги	5.Кисель из ягоды
6.Хлеб пшен., ржан.	6. Хлеб ржаной , пшен.	6.Хлеб ржаной, пшен.	5. Хлеб ржаной, пшен.	6.Хлеб ржаной, пшеничный
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1.Крендель сахарный	1. Зефир	1.Сосиска в тесте	1.Пряник	1.Ватрушка с творогом
2.Ряженка	2. Чай без сахара	2. Чай с лимоном	2.Кефир	2. Йогурт
3.Фрукт	3. Фрукт		3. Сок	3. Биомороженое

1 день/23.12.24	2 день/24.12.24	3 день/25.12.24	4 день/26.12.24	5 день/27.12.24
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
1.Каша «Дружба» на молоке	1.Огурец в нарезке/кукуруза консер.	1.Каша манная молочная	1.Запеканка из творога со сгущ.молоком	1.Каша кукурузная молочная
2.Кофейный напиток с молоком	2.Омлет натуральный	2.Кофейный напиток с молоком	2.Какао с молоком	2.Кофейный напиток с молоком
3.Хлеб пшеничный с маслом, сыр	3.Батон с маслом	3.Батон с маслом, сыр	3.Батон с маслом	3.Батон с маслом,сыр
4.Сок	4.Какао с молоком	4. Биомороженое	4. Фрукт	4.Фрукт
5.Биомороженое	5.Фрукт			
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1.Салат из моркови	1. Салат из свеклы с	1. Салат из св.капусты с	1. Винегрет	1.Помидор в нарезке

	чесноком	морковью		
2. Суп с крупой (пшено) на м/к со сметаной	2.Щи из квашеной капусты на м/к со сметаной	2. Суп лапша на курином бульоне	2.Суп с крупой (перловка) на м/к со сметаной	2.Суп рыбный (горбуша) с картофелем
3.Тефтели из говядины с соусом	3.Рыба (горбуша),тушеная с овощами	3. Котлета из птицы с соусом	3. Биточки из говядины	3.Печень по строгановски
4.Сложный гарнир	4.Рис с овощами	4. Картофельное пюре	4.Капуста тушеная	4.Гречка рассыпчатая с маслом
5.Компот из сухофруктов.	5. Компот из ягоды	5.Напиток из шиповника	5. Кисель из ягоды	5.Компот из кураги
6.Хлеб пшен.,ржан.	6. Хлеб пшен.,ржан	6. Хлеб пшен.,ржаной	6. Хлеб пшен.,ржан	6. Хлеб пшен.,ржан
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1.Батон с повидлом	1.Сырники со сгущенным молоком	1. Печенье	1. Булочка «Российская»	1.Вафли
2.Кефир	2. Чай без сахара	2. Йогурт	2. Снежок	2.Чай с лимоном
3.Фрукт		3. Фрукт	3. Биомороженое	3. Сок

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

Москва Дели плюс 2015

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4 классов общеобразовательных организаций
Москва 2020