

Утверждаю
и.о. директора МАОУ прогимназии «Кристина»

С.В. Кучукбаева



«2» декабря 2024

ЗИМНЕЕ МЕНЮ (ШКОЛА)

| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день |
|--|---|-----------------------------------|--|-------------------------------------|
| 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 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 птицыс 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 | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
|------------------------------------|--|--|--|--|
| 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 |

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