|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ " Прогимназия №1" г.Воркуты* |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Сад 12 часов** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1 день** | **2 день** | **3 день** | **4 день** | **5 день** | **6 день** | **7 день** | **8 день** | **9 день** | **10 день** |
| **Завтрак** |
| КАША ПШЕННАЯ НАМОЛОКЕ 200 | СУП МОЛОЧНЫЙ СМАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ 200 | КАША МАННАЯ НАМОЛОКЕ 200 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯНА МОЛОКЕ 200 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ НАМОЛОКЕ 200 | КАША ЯЧНЕВАЯ НАМОЛОКЕ 200 | КАША КУКУРУЗНАЯ НАМОЛОКЕ 200 | СУП МОЛОЧНЫЙ СМАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ 200 | КАША РИСОВАЯ НАМОЛОКЕ 200 | КАША ПШЕНИЧНАЯ НАМОЛОКЕ 200 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 |
| ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | БАТОН НАРЕЗНОЙ 20 | БАТОН НАРЕЗНОЙ 20 | БАТОН НАРЕЗНОЙ 20 | БАТОН НАРЕЗНОЙ 20 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | БАТОН НАРЕЗНОЙ 20 | БАТОН НАРЕЗНОЙ 20 | БАТОН НАРЕЗНОЙ 20 | БАТОН НАРЕЗНОЙ 20 |
| ПЕЧЕНЬЕ 20 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | ВАФЛИ 20 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 |
|  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 |  |  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 12 |  |
| **II Завтрак** |
| СОК ФРУКТОВЫЙ 100 | СОК ФРУКТОВЫЙ 100 | ФРУКТЫ 190 | СОК ФРУКТОВЫЙ 100 | ФРУКТЫ 190 | СОК ФРУКТОВЫЙ 100 | СОК ФРУКТОВЫЙ 100 | ФРУКТЫ 190 | СОК ФРУКТОВЫЙ 100 | ФРУКТЫ 190 |
| **Обед** |
| СВЕКОЛЬНИК СГОВЯДИНОЙ СОСМЕТАНОЙ 200 | РАССОЛЬНИК СГОВЯДИНОЙ СОСМЕТАНОЙ 200 | ЩИ ИЗ КАПУСТЫ НАКУРИННОМ БУЛЬОНЕСО СМЕТАНОЙ 200 | СУП РЫБНЫЙ СОСМЕТАНОЙ 200 | СУП ГОРОХОВЫЙ НАМЯСНОМ БУЛЬОНЕ200 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СКРУПОЙ НА МЯСНОМБУЛЬОНЕ 200 | СУП ЛАПША ПО-ДОМАШНЕМУ СМЯСОМ ПТИЦЫ 200 | СУП ОВОЩНОЙ НАМЯСНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ 200 | БОРЩ С МЯСОМПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ200 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СМЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ 200 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ130 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕС МАСЛОМ 130 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СМЯСОМ ПТИЦЫ 210 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕС МАСЛОМ 130 | ПЛОВ ИЗ МЯСАГОВЯДИНЫ 210 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕС МАСЛОМ 130 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ СМАСЛОМ 130 | АЗУ ПО-ТАТАРСКИ СГОВЯДИНОЙ ИОТВАРНЫМКАРТОФЕЛЕМ 130/80 | ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯС МАСЛОМ 130 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕС МАСЛОМ 130 |
| КНЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗГОВЯДИНЫ 80 | БИТОЧКИ ИЗ ОЛЕНИНЫ80 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СЛУКОМ 50 | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСАГОВЯДИНЫ 80 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСАГОВЯДИНЫ 80 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 80 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ ВТОМАТНОМ СОУСЕ 80 | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСАПТИЦЫ В ТОМАТНОМСОУСЕ 80 |
| КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | САЛАТ ИЗБЕЛОКОЧАННОЙКАПУСТЫ 50 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЁНОГОКОНСЕРВ ГОРОШКА СЛУКОМ 50 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СЛУКОМ 50 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СЧЕСНОКОМ 50 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 |  |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 |
| **Полдник** |
| БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО20 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ70 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО20 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ70 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО20 |
| РЯЖЕНКА 160 | ЙОГУРТ 160 | КЕФИР 160 | РЯЖЕНКА 160 | ЙОГУРТ 160 | РЯЖЕНКА 160 | ЙОГУРТ 160 | КЕФИР 160 | РЯЖЕНКА 160 | ЙОГУРТ 160 |
| **Ужин** |
| ОЛАДЬИ ДРОЖЖЕВЫЕС КИСЕЛЬНОЙПОДЛИВОЙ 120/20 | СЫРНИКИТВОРОЖНЫЕ СДЖЕМОМ 120/20 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ130 | ПАЛОЧКИ ИЗ ТВОРОГАСО СМЕТАННЫМСОУСОМ 120/20 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕС МАСЛОМ 130 | ОЛАДЬИ ДРОЖЖЕВЫЕСО СГУЩЁННЫММОЛОКОМ 120/20 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕС МАСЛОМ 130 | ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙСО СМЕТАННЫМСОУСОМ 120/20 | КАРТОФЕЛЬОТВАРНОЙ 130 | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕТВОРОЖНЫЕ СОСМЕТАННО-МАСЛЕННЫМ СОУСОМ100/20 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИМОНОМ 200 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 80 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 80 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 80 | ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИМОНОМ 200 | РЫБА ТУШЁННАЯ ВТОМАТЕ С ОВОЩАМИ80 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |
|  |  | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |  | ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИМОНОМ 200 |  | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |  | ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИМОНОМ 200 |  |
|  |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  |

.