|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 НА МОЛОКЕ 200 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200 | | | | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ 200 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ НА МОЛОКЕ 200 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ 200 | КАША ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ 200 | КАША КУКУРУЗНАЯ НА МОЛОКЕ 200 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ 200 | | | | КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ 200 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | | | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С 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 С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ 200 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ 200 | | | | ЩИ ИЗ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200 | СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ 200 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200 | СУП ЛАПША ПО- ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ ПТИЦЫ 200 | СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200 | БОРЩ С МЯСОМ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ 200 | | | | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 130 | | | | ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ ПТИЦЫ 210 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 130 | ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ 210 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 130 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ 130 | АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С ГОВЯДИНОЙ И ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ 130/80 | ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ 130 | | | | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 130 |
| КНЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80 | БИТОЧКИ ИЗ ОЛЕНИНЫ 80 | | | | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЛУКОМ 50 | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ 80 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ 80 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 80 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 80 | | | | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 80 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 50 | | | | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО- ЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЁНОГО КОНСЕРВ ГОРОШКА С ЛУКОМ 50 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЛУКОМ 50 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО- ЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50 | | | | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 50 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | | | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 |
| 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 ЗЁРНЫШКО 20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО 20 | | | | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО 20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО 20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО 20 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО 20 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70 | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО 20 | | | | БУЛОЧКА ЗЁРНЫШКО 20 |
| РЯЖЕНКА 160 | ЙОГУРТ 160 | | | | КЕФИР 160 | РЯЖЕНКА 160 | ЙОГУРТ 160 | РЯЖЕНКА 160 | ЙОГУРТ 160 | КЕФИР 160 | РЯЖЕНКА 160 | | | | ЙОГУРТ 160 |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОЛАДЬИ ДРОЖЖЕВЫЕ С КИСЕЛЬНОЙ ПОДЛИВОЙ 120/20 | СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ С ДЖЕМОМ 120/20 | | | | КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130 | ПАЛОЧКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 120/20 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 130 | ОЛАДЬИ ДРОЖЖЕВЫЕ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ 120/20 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 130 | ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 120/20 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130 | | | | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ТВОРОЖНЫЕ СО СМЕТАННО- МАСЛЕННЫМ СОУСОМ 100/20 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200 | | | | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 80 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 80 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ 80 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200 | РЫБА ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 80 | | | | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |
|  |  | | | | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200 |  | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200 | | | |  |
|  |  | | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25 | | | |  |

.