



МЕНЮ

12-18 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день
Завтрак					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (СШ10) 40	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (СШ10) 220/30	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 30	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 25	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ (СШ10) 240	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ В МОЛОКЕ (СШ10) 250
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СШ10) 250	КАКАО С МОЛОКОМ (СШ10) 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СШ10) 220	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СШ10) 250	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (СШ10) 200	КАКАО С МОЛОКОМ (СШ10) 200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (СШ10) 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (СШ10) 200	КАКАО С МОЛОКОМ (СШ10) 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100		
II Завтрак					
ЯБЛОКО 100	БАНАН 200	МАНДАРИН 100	ГРУША 160	ЯБЛОКО 100	БАНАН 200
Обед					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 80	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 80	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (СШ10) 100	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 80	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (СШ10) 300
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯСОМ (СШ10) 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (СШ10) 300/25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, С КУРИЦЕЙ (СШ10) 300	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (СШ10) 300	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (СШ10) 300	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СШ10) 100
КОТЛЕТА "МОЗАИКА" (СШ10) 100	ГУЛЯШ (СШ10) 120	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (СШ10) 100	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (СШ10) 100	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ (СШ10) 100	РИС ОТВАРНОЙ (СШ10) 200
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СШ10) 200	РИС ОТВАРНОЙ (СШ10) 200	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (СШ10) 220	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СШ10) 220	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СШ10) 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СШ10) 200

КИСЕЛЬ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СШ10) 200	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 200	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (СШ10) 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СШ10) 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 120
ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 120	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	
Полдник					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 220	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 220	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 220	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 220	
СУХАРИ 40	ПЕЧЕНЬЕ 40	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (СШ10) 100	ВАФЛИ 40	СУШКИ 40	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	
Ужин					
ФИЛЕ РЫБЫ ЗАПЕЧЕННОЕ (СШ10) 100	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (СШ10) 100	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ ЗАПЕЧЕННЫЕ (СШ10) 100	ПЛОВ 300	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (СШ10) 100	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СШ10) 220	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (СШ10) 220	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СШ10) 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (СШ10) 200/15/7	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (СШ10) 220	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (СШ10) 200/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (СШ10) 200/15/7	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (СШ10) 200/15/7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (СШ10) 200/15/7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20			ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	
II Ужин					
СНЕЖОК 200	ЙОГУРТ 200	КЕФИР 200	БИФИДОК 200	РЯЖЕНКА 200	



МЕНЮ

12-18 лет

7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день
Завтрак					
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 15
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (СШ10) 40	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 30	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (СШ10) 220/30	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СШ10) 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (СШ10) 40	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СШ10) 250
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СШ10) 250	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СШ10) 220	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (СШ10) 200	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СШ10) 250	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (СШ10) 250	КАКАО С МОЛОКОМ (СШ10) 200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (СШ10) 200	КАКАО С МОЛОКОМ (СШ10) 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	КАКАО С МОЛОКОМ (СШ10) 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (СШ10) 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	
II Завтрак					
ЯБЛОКО 100	БАНАН 200	ГРУША 100	МАНДАРИН 100	ЯБЛОКО 100	БАНАН 200
Обед					
ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 60	ФИЛЕ СЕЛЬДИ ПОРЦИОННО (СШ10) 70	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (СШ10) 100	ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ 35	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 100	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (СШ10) 300
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (СШ10) 300	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (СШ10) 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ, С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (СШ10) 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯСОМ (СШ10) 300	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (СШ10) 300	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ (СШ10) 120
ТЕФТЕЛИ (СШ10) 150	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ (СШ10) 300	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ (ПРИПУЩЕННЫЕ) (СШ10) 100	ФИЛЕ РЫБЫ В ЯЙЦЕ (СШ10) 100	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (СШ10) 300	РИС ОТВАРНОЙ (СШ10) 200
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СШ10) 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СШ10) 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СШ10) 200	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (СШ10) 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СШ10) 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СШ10) 200

КИСЕЛЬ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 200	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СШ10), 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 120
ХЛЕБ РЖАНОЙ 120		ХЛЕБ РЖАНОЙ 120	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (СШ10) 200		
			ХЛЕБ РЖАНОЙ 100		
Полдник					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 220	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 220	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 220	
БУЛОЧКА " ВЕСНУШКА" (СШ10) 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ (СШ10) 100	ВАФЛИ 40	СУШКИ 40	
	СУХАРИ 40		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	
Ужин					
ПЕЧЕНЬ ПО -- СТРОГАНОВСКИ (СШ10) 120	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (СШ10) 120	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (СШ10) 300	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (СШ10) 100	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО -- ДОМАШНЕМУ (СШ10) 100	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СШ10) 220	РИС ОТВАРНОЙ (СШ10) 200	ЧАЙ С САХАРОМ (СШ10) 200/15	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СШ10) 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СШ10) 220	
ЧАЙ С САХАРОМ (СШ10) 200/15	ЧАЙ С САХАРОМ (СШ10) 200/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	ЧАЙ С САХАРОМ (СШ10) 200/15	ЧАЙ С САХАРОМ (СШ10) 200/15	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	
II Ужин					
СНЕЖОК 200	ЙОГУРТ 200	КЕФИР 200	БИФИДОК 200	РЯЖЕНКА 200	