

СОГЛАСОВАНО:

Начальник территориального
отдела Управления Роспотребнадзора
по Нижегородской области в городском
округе город Шахунья, Тонкинском,
Тонкинском, Шаранском, Ветлужском
Уренском районах (Плотников Д.П.)



УТВЕРЖДАЮ:

Начальник управления образования,
спорта и молодежной политики
администрации Тоншаевского
муниципального района
М.Р. Чурашова
Приказ от 15.08.2019 №474-од



12-дневное, цикличное меню
2-х разового питания (завтраки и
обеда) для обучающихся 7-10
лет на 2020-2021 учебный год

Перечень блюд 12-дневного, цикличного меню
двухразового питания (школьных завтраков и обедов) на 2019-2020 учебный год.

| 1-я неделя | | | | | |
|---|---|---|--|--|--|
| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота |
| <u>Завтрак.</u> | <u>Завтрак.</u> | <u>Завтрак.</u> | <u>Завтрак.</u> | <u>Завтрак.</u> | <u>Завтрак.</u> |
| Омлет с колбасой. Кофейный напиток ¹ . Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный. | Пудинг из творога (запеченный). Какао с молоком ² . Бутерброд с сыром. Сок сливовый ⁵ . Хлеб пшеничный. | Оладьи с творогом. Чай с молоком. Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный. | Омлет натуральный. Кофейный напиток с молоком сгущенным ³ . Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный. | Каша жидкая молочная (рисовая). Какао с молоком ² . Бутерброд с сыром. Сок абрикосовый ⁵ . Хлеб пшеничный. | Сырники из творога. Чай с молоком. Яблоко свежее ¹⁷ . Изделие кондитерское (зефир). Хлеб пшеничный. |
| <u>Обед.</u> | <u>Обед.</u> | <u>Обед.</u> | <u>Обед.</u> | <u>Обед.</u> | |
| Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком. Рассольник ленинградский. Фрикадельки рыбные с соусом сметанным с томатом ⁶ . Макаронные изделия отварные. Компот из смеси сухофруктов. Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный. | Овощи натуральные соленые ¹⁵ . Суп с рыбными консервами. Голубцы ленивые. Кисель из кураги. Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный. | Винегрет овощной. Суп картофельный с мясными фрикадельками. Шницель рыбный натуральный ⁷ . Капуста тушёная. Груша свежая ¹⁷ Сок яблочный ⁵ . пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный. | Салат из горошка зеленого консервированного Щи из свежей капусты с картофелем. Котлеты ¹⁰ . Картофель и овощи, тушенные в соусе сметанном. Компот из свежих плодов (или яблоч, или айвы, или груши). Сок вишневый ⁵ Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный. | Салат из свеклы с зеленым горошком. Рассольник домашний ¹³ . Пудинг рыбный запеченный с соусом молочным густым (для фарширования) ⁸ . Картофельное пюре. Кисель из апельсинов. Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный. | |

2-я неделя

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота |
|---|--|--|---|--|--|
| <p align="center"><u>Завтрак.</u></p> <p>Каша жидкая молочная из гречневой крупы. Кофейный напиток¹. Бутерброд с сыром. Сок сливовый⁵. Хлеб пшеничный.</p> <p align="center"><u>Обед.</u></p> <p>Салат картофельный с кукурузой и морковью. Борщ с капустой и картофелем. Гуляш¹². Рис отварной. Компот из смеси сухофруктов. Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный.</p> | <p align="center"><u>Завтрак.</u></p> <p>Каша жидкая молочная (овсяная). Какао с молоком сгущенным⁴. Кисломолочный продукт. Изделие кондитерское. Яблоко свежее¹⁷. Хлеб пшеничный.</p> <p align="center"><u>Обед.</u></p> <p>Салат из кукурузы (консервированной). Суп картофельный с горохом. Тефтели 1-й вариант с соусом сметанным с томатом. Картофель отварной с луком. Сок вишневый⁵. Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный.</p> | <p align="center"><u>Завтрак.</u></p> <p>Каша жидкая молочная из манной крупы. Чай с молоком. Бутерброд с сыром. Банан свежий¹⁷. Хлеб пшеничный.</p> <p align="center"><u>Обед.</u></p> <p>Салат «Степной» из разных овощей. Суп картофельный с рыбными фрикадельками⁹. Жаркое по-домашнему. Кисель из яблок. Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный.</p> | <p align="center"><u>Завтрак.</u></p> <p>Рыба, запеченная в омлете. Кофейный напиток с молоком сгущенным³. Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный.</p> <p align="center"><u>Обед.</u></p> <p>Салат из квашеной капусты. Суп крестьянский крупой. Фрикадельки в соусе сметанном с томатом¹¹. Макароны изделия отварные. Компот из смеси сухофруктов. Груша свежая¹⁷. Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-пшеничный.</p> | <p align="center"><u>Завтрак.</u></p> <p>Запеканка капустная с соусом молочным (для подачи к блюду). Сосиски или сардельки отварные. Какао с молоком². Бутерброд с сыром. Сок абрикосовый⁵. Хлеб пшеничный.</p> <p align="center"><u>Обед.</u></p> <p>Салат картофельный с морковью и зеленым горошком. Борщ с фасолью и картофелем¹⁴. Рыба, тушенная с овощами. Картофельное пюре. Сок виноградный⁵. Кисломолочный продукт. Хлеб пшеничный. Хлеб ржано-</p> | <p align="center"><u>Завтрак.</u></p> <p>Каша жидкая молочная пшеничная. Чай с лимоном. Яблоко свежее. Сок яблочный⁵. Хлеб пшеничный.</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|--|------------|--|
| | | | | пшеничный. | |
|--|--|--|--|------------|--|

- 1 - на замену кофейный напиток с молоком сгущенным №380.
- 2 - на замену какао с молоком сгущенным. №383.
- 3 - на замену кофейный напиток №379.
- 4 - на замену какао с молоком №382.
- 5 - на замену любой сок.
- 6 - на замену котлеты или биточки рыбные №234.
- 7 - на замену тефтели рыбные №239.
- 8 - на замену зразы рыбные рубленые с соусом сметанным с томатом №237/331.
- 9 - на замену суп с рыбными консервами №87.
- 10 - на замену биточки, шницеля №268.
- 11 - на замену тефтели мясные 2-й вариант №287/354.
- 12 - на замену суфле куриное с соусом молочным густым (для фарширования) №310/353.
- 13 - на замену суп картофельный с макаронными изделиями №82/107 или №82/106.
- 14 - на замену суп из овощей с фасолью №144/107 или №144/106.
- 15 - на замену овощи натуральные свежие №71 (в осенний период); в зимне-весенний период овощи натуральные соленые..
- 17 - на замену любой фрукт.