

Утверждено: 14.04.2011 г. Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 11" г. Челябинск

Первая неделя

Понедельник	Нормы по возрасту		Вторник	Нормы по возрасту		Среда	Нормы по возрасту		Четверг	Нормы по возрасту		Пятница	Нормы по возрасту	
	До 3 лет	С 3 до 7		До 3 лет	С 3 до 7		До 3 лет	С 3 до 7		До 3 лет	С 3 до 7		До 3 лет	С 3 до 7
ЗАВТРАК														
Каша пшеничная молочная, жидкая	150	200	Суп молочный с вермишелью	150	200	Каша овсяная «Геркулес» жидкая	150	200	Запеканка из творога со сгущ. молоком	110/20	130/25	Каша молочная рисовая	150	200
Кофейный напиток с молоком	150	200	Какао с молоком	150	200	Какао с молоком	150	200	Чай с молоком	150	200	Кофейный напиток с молоком	150	200
Булочка с маслом	25/4	30/5	Булочка с маслом с сыром	25/4	30/5/11/7	Булочка с маслом и сыром	25/4/7	30/5/11	Булочка с маслом	25/4	30/5	Булочка с маслом с сыром	25/4/7	30/5/11
2-й ЗАВТРАК														
Сок			Сок			Сок			Сок			Сок		
ОБЕД														
Салат из белок. капусты с морковью	40	50	Салат из моркови (зима)	40	50	Салат картофельный с консерв. огурцом	40	50	Салат свекольный с соленым огурцом	40	50	Салат из белок. капусты с яблоком	40	50
Свекольник со сметаной	150	200	Борщ с капустой и картофелем	150	200	Суп «Паутинка»	150	200	Суп овощной	150	200	Рассольник домашний	150	200
Биточки из говядины с соусом* томатным	60/20	70/30	Шницель припущенный из птицы	60	70	Запеканка капустная с говядиной	130	160	Гуляш из говядины	60	80	Рулет из говядины с яйцом с соусом томатным	70/20	90/30
Картофельное пюре I	150	160	Картофель жаренный из отварного	130	150	Соус томатный	20	30	Макароны отварные, рис отварной	100	120	Греча рассыпчатая с маслом	80	110
Компот из смеси сухофруктов	180	200	Компот из изюма и кураги	180	200	Компот из яблок и лимона	180	200	Напиток из апельсинов с яблоком	180	200	Кисель с курагой	180	200
Хлеб	40	60	Хлеб	40	60	Хлеб	40	60	Хлеб	40	60	Хлеб	40	60
Полдник														
Котлета капустная, соус сметанный	100/25	130/30	Запеканка пшеничная с творогом со сгущ. молоком	100/25	120/30	Рыба, запеченная в омлете с тушеной морковью	80/50	95/70	Пирожки с луком и яйцом	60	80	Рыба припущенная в молоке, Овощное рагу	60/20	70/25
Чай с молоком	150	180	Чай с молоком	150	180	Чай с молоком	150	180	Чай с молоком	150	180	Чай с лимоном	150	180
Фрукты	80	114	Фрукты	80	114	Фрукты	40	65	Фрукты	45	75	Фрукты	80	114
Усиленный полдник														
Ватрушка с морковью и курагой	80		Гренки из пшен. хлеба	70		Шанежка с картофелем	80		Картофельное пюре с зел. горошком, хлеб	150/30		Кондитерка	40	

Усиленный полдник

Вторая неделя

Утверждено: *В.В. Мухоморова*
 М.П. «*01.08.2017*»
 Директор



Понедельник		Нормы по возрасту		Вторник	Нормы по возрасту		Среда	Нормы по возрасту		Четверг	Нормы по возрасту	
ЗАВТРАК		До 3 лет	с 3 до 7		До 3 лет	с 3 до 7		До 3 лет	с 3 до 7		До 3 лет	с 3 до 7
ЗАВТРАК												
Каша «Дружба»	150	200	90/30	Омлет с зелёным горошком	75/25	200	Каша гречневая вязкая на молоке	150	200	Каша манная молочная жидкая	150	200
Кофейный напиток с молоком	150	200	200	Какао с молоком	150	200	Кофейный напиток	150	200	Какао с молоком	150	200
Булочка с маслом	25/4	30/5	30/5/11	Булочка с маслом с сыром	25/4/11	30/5/11	Булочка с маслом сыром	25/4/7	30/5/11	Булочка с маслом с сыром	25/4/8	30/5/9
2-й ЗАВТРАК												
Сок	100	150	150	Сок	100	150	Сок	100	150	Сок /яблоко	100/30	150/50
ОБЕД												
ЗАВТРАК												
ОБЕД												
Салат витаминный	40	50	50	Винегрет овощной	40	50	Салат из моркови (зима)	40	50	Салат из свеклы с солёным огурцом	40	50
Суп картофельный с клецками	150	200	200	Борщ со сметаной на кур/б	150	200	Щи из свежей капусты с картофелем	150	200	Суп с бобовыми и гречками	150	200
Кнели из говядины, соус томатный	60/20	70/30	180	Плов из отварной курицы	150	180	Картофельная запеканка с мясом	150	180	Гуляш из говядины	60	80
Пюре из картофеля, капуста туш.	80/60	100/80	180	Или кура порционная с рисом	180	200	Пюре из свеклы, соус томатный	50/20	60/30	Макаронные изделия отварные	80	110
Компот из кураги и лимона	180	200	200	Компот из яблок с лимоном	180	200	Компот из яблок с лимоном	180	200	Кисель	180	200
Хлеб	40	60	60	Хлеб	40	60	Хлеб	40	60	Хлеб	40	60
ПОЛДНИК												
ПОЛДНИК												
ПОЛДНИК												
ПОЛДНИК												
ПОЛДНИК												
ПОЛДНИК												
ПОЛДНИК												
ПОЛДНИК												
Пирожки с рыбой и рисом	60	80	100/30	Сырники с морковью и фруктовым соусом	80/25	100/30	Пирожки с капустой и яйцом	60	80	Биточки рыбные в сметанном соусе, картофельное пюре	60/20	70/30
Чай с молоком	150	180	180	Чай с молоком	150	180	Чай с сахаром	150	180	Чай с молоком	150	180
Фрукты	75	105	114	Фрукты	80	114	Фрукты	60	90	Фрукты	75	114
Усиленный полдник												
Усиленный полдник												
Усиленный полдник												
Пюре гороховое с маслом, хлеб	150/30		60	Коржик молочный	60		Суп молочный с макаронными изделиями	180		Морковь тушеная, хлеб	100/30	
		180/30								Овоши в сметане, хлеб		180/30