Утверждаю: Директор МБОУ «ОШИ №27» О. А. Гордеева

Цикличное 14 дневное меню для организации питания детей с возрастными категориями: с 7 до 11 лет и с 12 до 18 лет с круглосуточным пребыванием

## Цикличное меню (с 7 до 11 лет)

1 =====	2 7077	,	4 TOTAL	· · ·	T -	7
1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
	Lav		Завтрак	l av	l p	
Запеканка из творога со сгущенным молоком 200/30 Чай с молоком200 Масло слив.15	Яйцо с зеленым горошком 100 Каша пшенная молочная	Яблоки печеные 100  Каша рисовая молочная жидкая200 Какао с молоком200	Фасоль консервированн ая отварная 100 Омлет, смешанный с мясными	Яйцо с кукурузой консервированн ой 100 Каша манная молочная вязкая 200	Горошек зеленый. конс отв 100 Омлет натур150 Какао с молоком 200 Масло слив10 Сыр твердый 15	Морковь, тушенная с курагой100 Сырники из творога запеченные со
Масло слив.13 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.25	жидкая 200 Кофейный напиток 200 Сыр твердый 10 Хлеб пшен50. Хлеб ржан.20	Масло слив.10 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.20	продуктами(вар иант 2) 155  Чай с молоком200  Масло слив.10  Хлеб пшен.20  Хлеб ржан.20	Кофейный напиток с молоком 200 Сыр25 Хлеб пшен50 Хлеб ржан20.	Хлеб пшен.20 Хлеб ржан.20	сгущенным молоком 200/30 Чай с молоком200 Масло слив.10 Хлеб пшен.20 Хлеб ржан.20
	•		Обед			
Помидор св.100 Борщ с капустой и картофелем 250 Тефтели из говядины в молочном соусе120 Картофель отварной 200 Компот из кураги180 Хлеб пшен.120 Хлеб ржан.55	Огурец свеж.100 Щи из св.капусты с картофелем 250 Рыба, припущенная в молоке 120 Котлеты картофельные 200 Компот из яблок с лимоном200 Хлеб пшен.115 Хлеб ржан.60	Сельдь с луком 60 Рассольник Ленинградский 250 Курица в соусе с томатом 90 Картофельное пюре200 Компот из изюма 180 Хлеб пшен. 120 Хлеб ржан.50	Маринад овощной со свеклой 100 Суп картофельный с бобовыми 250 Фрикадельки рыбные 90 Соус томатный 30 Картофель в молоке 200 Компот из смеси сухофруктов 180 Хлеб пшен 100 Хлеб ржан. 40	Помидор св.100 Свекольник 250 Печень по- строгановски 120 Картофель отварной 200 Напиток из шиповника200 Хлеб пшен130 Хлеб ржан. 60	Икра свекольная 100 Суп картофельный с рыбой 250 Котлеты, биточки, шницели 1200 Картоф.пюре 150 Капуста тушеная 50 Сок из яблок и груш неосв. 200 Хлеб пшен. 130 Хлеб ржан. 60	Помидор св.100 Суп из овощей 250 Жаркое по- домашнему320 Компот из апельсинов с яблоками 180 Хлеб пшен.130 Хлеб ржан.50
			Полдник			
Колбасные изделия, запеченные в тесте 100 Молоко кипяченое 200	Картофельны е оладьи с сыром 100 Сок яблочно-персиковый 200	Сырники из творога запеченные 100 Повидло ябл. 30 Кисель плодово-ягодный 200	Картофельный пирожок с морковью 100 Молоко кипяченое 200	Ватрушка с творогом 100 Сок яблочно-персиковый 200	Колбасные изделия, запеченные в тесте 100 Конд. изд. (кекс) 50 Кисель плодово-яг 200	Пирожки печеные с капустой 100 Молоко кипяченое 200
Маринад	Кукуруза	Помидор св.100	Огурец	Маринад	Огурец	Фасоль
овощной с томатом 100 Рыба (филе) отварная 90 Макаронные изделия отварные 200 Сок яблочный 200 Хлеб пшен. 40 Хлеб ржан. 20	отв.100 Фрикадельки из говядины тушенные в соусе120 Запеканка овощная200 Чай с сахаром200 Хлеб пшен.20 Хлеб ржан.20	Котлеты, биточки, шницели 120 Рагу из овощей с кабачками200 Чай с лимоном200 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.30	свеж.100 Свинина, окорок, колбаса и другие мясопродукты, тушенные с капустой 320 Сок яблочный 200 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.20	овощной с томатом 100 Рыбные хлебцы (паровые)90 Рис припущенный 200 Чай с сахаром200 Хлеб пш. 20 Хлеб ржан.20	свеж.100 Суфле из кур90 Картофель, запеченный в сметанном соусе 200 Чай с лимоном200 Хлеб пшен.20 Хлеб ржан.20	консервир. отварная 100 Рыба, тушенная в томате с овощами 90 Котлеты капустные 200 Сок яблочный 200 Хлеб пшен. 50 Хлеб ржан. 30

Ужин 2							
Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	
напиток	напиток	напиток	напиток	напиток	напиток	напиток	
(варенец) 200	(снежок)200	(ряженка) 200	(йогурт) 200	(варенец) 200	(снежок)200	(ряженка) 200	
Печенье 15	Caxap 5	Пряник 20		Печенье 15	Caxap 5	Caxap 5	
	Хлеб пшен.10				Хлеб пшен.10	Пряник 20	

Цикличное меню (с 7 до 11 лет)

	Цикличное меню (с 7 до 11 лет)								
8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день			
			Завтрак			•			
Яйцо с зеленым горошком 100  Каша «Дружба»200 Кофейный напиток 200 Сыр твердый25 Хлеб пшен.20 Хлеб ржан.20	Яблоки, фаршированные творогом100 Каша молочная кукурузная жидкая200 Какао с Молоком200 Масло слив.10 Хлеб пшен.20 Хлеб ржан.20	Свекла, тушеная с курагой 100 Макароны с сыром200 Чай с молоком200 Масло слив.10 Хлеб пшен.10 Хлеб ржан.20	Горошек зеленый. конс отв 100 Омлет, смешанный с мясными продуктами (вариант 2) 155 Сыр твердый 25 Кофейный напиток с молоком200 Хлеб пшен30 Хлеб ржан.40	Яйцо с кукурузой консервированн ой 100 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая200 Масло слив. 10 Какао с молоком200 Хлеб с витаминами и железом 30	Морковь, тушенная с курагой 100 Пудинг творожный запеченный со сгущ.молоком 200/30 Масло слив.10 Чай с молоком200 Хлеб пшен10 Хлеб ржан.10	Сосиски, сардельки, колбаса отварные 90 Суп молочный с макаронными изделиями250 Сыр твердый 25 Кофейный напиток 200 Хлеб пшен.10 Хлеб ржан.10			
			Обед	Хлеб ржан.20					
Маринад овощной со свеклой 100 Щи из св. капусты с картофелем 250 Котлеты или биточки рыбные 90 Картофель отв 200 Компот из смеси сухофруктов 180 Хлеб пшен. 135 Хлеб ржан. 60	Помидор свеж.100 Суп крестьянский с крупой250 Курица в соусе с томатом 90 Рагу из овощей 200 Сок из яблок и груш неосв.200 Хлеб пшен.110 Хлеб ржан.40	Фасоль консервир. отварная 100 Борщ с капустой и картофелем 250 Тефтели рыбные 120 Картофель в молоке 200 Компот из яблок с лимоном 180 Хлеб пшен. 140 Хлеб ржан. 60	Помидор св.100 Суп-пюре из разных овощей 250 Плов из птицы 290 Компот из кураги 180 Хлеб пшен90 Хлеб ржан.40	Огурец свеж.100 Суп картофельный с клецками 250 Котлета рыбная любительская 90 Запеканка овощная 200 Сок из яблок и груш неосв.200 Хлеб пшен 120 Хлеб ржан60.	Фасоль консерв. отв 100 Суп картофельный с рыбой 250 Голубцы ленивые 120 Соус томатный 50 Макаронные изделия отварные 200 Компот из смеси сухофруктов 180 Хлеб пшен. 100 Хлеб ржан. 50	Огурец св.100 Рассольник домашний 250 Рыба, тушенная в томате с овощами 90 Каша ячневая рассыпчатая с луком 200 Напиток из шиповника200 Хлеб пшен.140 Хлеб ржан.70			
		-	Полдник			•			
Блины с повидлом120/20 Сок яблочно-персиковый 200	Колбасные изд, запеч. в тесте 100 Кондит изд. (конфеты) 50 Кисель пл-яг 200	Ватрушка с творогом100 Молоко кипяченое 200	Шанежка с картофелем 100 Сок яблочно-персиковый 200	Сырники из творога запеченные 100 Повидло яблочное 30 Кисель пл-яг 200	Конд.изд 100 Молоко кипяченое 200	Пирожки печеные с капустой 100 Сок яблочно-персиковый 200			
			Ужин						
Огурец свеж.100 Голубцы ленивые120 Соус молочный50	Кукуруза отварная 100 Рыба (филе) отварная90	Сельдь с луком 60 Котлеты, биточки,	Маринад овощной с томатом 100 Рыба,	Икра свекольная 100 Фрикадельки из говядины	Помидор св.100 Котлеты и биточки	Маринад овощной со свеклой 100 Кнели из			

Каша гречневая	Котлеты	шницели 120	запеченная с	тушенные в	рыбные 90	говядины120
рассыпчатая200	картофельные	Картофель,	картофелем по-	coyce120	Картофель,	Суфле из
Чай с сахаром200	200	тушенный с	русски290	Пюре	тушенный с	картофеля 200
Хлеб пшен.30	Чай с	луком200	Чай с	картофельное	луком200	Чай с сахаром200
Хлеб ржан20	лимоном200	Сок яблочный	сахаром200	200	Сок	Хлеб пшен.40
	Хлеб пшен.40	200	Хлеб пшен.80	Чай с	яблочный 200	Хлеб ржан20
	Хлеб ржан.40	Хлеб пшен.30	Хлеб ржан.30	лимоном200	Хлеб пшен.60	
		Хлеб ржан.20		Хлеб пшен 30	Хлеб ржан.40	
				Хлеб ржан.20		
			Ужин 2			
Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.
напиток (варенец)	напиток	напиток	напиток	напиток	напиток	напиток
200	(снежок)200	(ряженка) 200	(йогурт) 200	(варенец) 200	(снежок)200	(ряженка) 200
Печенье 15	Caxap 5	Caxap 5		Caxap 5	Хлеб пшен.15	Caxap 5
	Хлеб пшен.15	Пряник 20		Печенье 15		Пряник 20

Цикличное меню (с 12 до 18 лет)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
			Завтрак			
Запеканка из творога со сгущенным молоком 220/30 Чай с молоком200 Масло слив.15 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.30	Яйцо с зеленым горошком 100 Каша пшенная молочная жидкая 250 Кофейный напиток 200 Сыр твердый 10 Хлеб пшен50. Хлеб ржан.40	Яблоки печеные 150  Каша рисовая молочная жидкая250 Какао с молоком200  Масло слив.15  Хлеб пшен.50 Хлеб ржан.40	Фасоль консервированн ая отварная 150 Сосиски, сардельки, колбаса отварные 55 Каша гречневая вязкая на молоке 205 Чай с молоком200 Масло слив.10 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.30	Яйцо с кукурузой консервированн ой 100 Каша манная молочная вязкая250 Кофейный напиток с молоком 200 Сыр20 Хлеб пшен55 Хлеб ржан40.	Горошек зеленый. конс отв 100 Омлет натур150 Какао с молоком 200 Масло слив15 Сыр твердый 10 Хлеб пшен.40 Хлеб ржан.40	Морковь, тушенная с курагой 150 Сырники из творога запеченные со сгущенным молоком 200/30 Чай с молоком 200 Масло слив. 15 Хлеб пшен. 30 Хлеб ржан. 30
Помидор св.100 Борщ с капустой и картофелем 300 Тефтели из говядины в молочном соусе120 Картофель отварной 230 Компот из кураги 200 Хлеб пшен.140 Хлеб ржан.65	Огурец свеж.100 Щи из св.капусты с картофелем 300 Рыба, припущенная в молоке 120 Котлеты картофельные 230 Компот из яблок с лимоном200 Хлеб пшен.125	Сельдь с луком 150 Рассольник Ленинградский 300 Курица в соусе с томатом 120 Картофельное пюре230 Компот из изюма 200 Хлеб пшен. 100 Хлеб ржан.30	Обед Маринад овощной со свеклой 100 Суп картофельный с бобовыми 300 Фрикадельки рыбные 120 Соус томатный30 Картофель в молоке 230 Компот из смеси сухофруктов200 Хлеб пшен120 Хлеб ржан.65	Помидор св.100 Свекольник 300 Печень по- строгановски 120 Картофель отварной 230 Напиток из шиповника200 Хлеб пшен140 Хлеб ржан. 70	Икра свекольная 100 Суп картофельный с рыбой 300 Котлеты, биточки, шницели 120 Картоф.пюре 180 Капуста тушеная 50 Сок из яблок и груш неосв. 200 Хлеб пшен. 135 Хлеб ржан. 70	Помидор св.100 Суп из овощей 300 Жаркое по- домашнему350 Компот из апельсинов с яблоками 200 Хлеб пшен.170 Хлеб ржан.70
	Хлеб ржан.80		Полдник			
Колбасные изделия, запеченные в	Картофельны е оладьи с сыром 150	Сырники из творога запеченные 150	Картофельный пирожок с морковью150	Ватрушка с творогом150 Сок яблочно-	Колб. изделия, запеченные в тесте100	Пирожки печеные с капустой150

тесте100	Сок яблочно-	Повидло ябл.30	Молоко	персиковый 200	Конд.изд(кекс)	Молоко
Молоко	персиковый	Кисель	кипяченое 200		50	кипяченое 200
кипяченое 180	200	плодово-			Кисель пл-	
Мандарины 100		ягодный200			яг200	
			Ужин			
Маринад	Кукуруза	Помидор св.100	Огурец	Маринад	Огурец	Фасоль конс,
овощной с	отварная 100	Котлеты,	свеж.100	овощной с	свеж.100	отв. 100
томатом 150	Фрикадельки	биточки,	Свинина,	томатом 150	Суфле из	Рыба, тушенная
Рыба (филе)	из говядины	шницели 120	окорок, колбаса	Рыбные хлебцы	кур100	в томате с
отварная 120	тушенные в	Рагу из овощей	и другие	(паровые)120	Картофель,	овощами 120
Макаронные	coyce120	с кабачками 230	мясопродукты,	Рис	запеченный в	Котлеты
изделия	Запеканка	Чай с	тушенные с	припущенный	сметанном	капустные230
отварные 230	овощная230	лимоном200	капустой 350	230	coyce230	Сок яблочный
Сок яблочный	Чай с	Хлеб пшен.80	Сок яблочный	Чай с	Чай с	200
200	сахаром200	Хлеб ржан.80	200	сахаром200	лимоном200	Хлеб пшен.50
Хлеб пшен. 70	Хлеб пшен.30		Хлеб пшен.50	Хлеб пш. 40	Хлеб пшен.40	Хлеб ржан.50
Хлеб ржан.55	Хлеб ржан.30		Хлеб ржан.55	Хлеб ржан.40	Хлеб ржан.40	
			Ужин 2			
Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.	Кисломол.
напиток	напиток	напиток	напиток	напиток	напиток	напиток
(варенец) 180	(снежок)180	(ряженка) 180	(йогурт) 180	(варенец) 180	(снежок)180	(ряженка) 180
Печенье 20	Caxap 5	Пряник 25	Хлеб пшен.25	Печенье 20	Caxap 5	Caxap 5
	Хлеб пшен.30	Caxap 5			Хлеб пшен.20	Пряник 25

Цикличное меню (с 12 до 18 лет)

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
			Завтрак			
Яйцо с зеленым горошком 100  Каша «Дружба»250 Кофейный напиток 200 Сыр твердый25 Хлеб пшен.50 Хлеб ржан.20	Яблоки, фаршированные творогом110 Каша молочная кукурузная жидкая250 Какао с молоком200 Масло слив.15 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.40	Свекла, тушеная с курагой 150 Макароны с сыром250 Чай с молоком200 Масло слив.15 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.30	Горошек зеленый. конс отв 100 Омлет, смешанный с мясными продуктами (вариант 2) 155 Сыр твердый 25 Кофейный напиток с молоком200 Хлеб пшен30 Хлеб ржан.40	Яйцо с кукурузой консервированн ой 100 Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая250 Масло слив. 15 Какао с молоком200 Хлеб с витаминами и железом 30 Хлеб ржан.20	Морковь, тушенная с курагой 150 Пудинг творожный запеченный со сгущ.молоком 200/30 Масло слив.15 Чай с молоком200 Хлеб пшен10 Хлеб ржан.10	Сосиски, сардельки, колбаса отварные 90 Суп молочный с макаронными изделиями250 Сыр твердый 25 Кофейный напиток 200 Хлеб пшен.60 Хлеб ржан.30
			Обед	•		
Маринад овощной со свеклой150 Щи из св.капусты с картофелем 300 Котлеты или биточки рыбные 120 Картофель отв230 Компот из смеси сухофруктов 200 Хлеб пшен. 140 Хлеб ржан. 100	Помидор свеж.150 Суп крестьянский с крупой300 Курица в соусе с томатом 120 Рагу из овощей 230 Сок из яблок и груш неосв.200 Хлеб пшен.130 Хлеб ржан.55	Фасоль конс. отв. 100 Борщ с капустой и картофелем 300 Тефтели рыбные 120 Картофель в молоке230 Компот из яблок с лимоном 200 Хлеб пшен.155 Хлеб ржан.90	Помидор св.100 Суп-пюре из разных овощей 300 Плов из птицы 300 Компот из кураги 200 Хлеб пшен120 Хлеб ржан.55	Огурец свеж.100 Суп картофельный с клецками 300 Котлета рыбная любительская 120 Запеканка оврщная 230 Сок из яблок и груш неосв.200 Хлеб пшен 140 Хлеб ржан90.	Фасоль консерв. отв 100 Суп картофельный с рыбой 300 Голубцы ленивые 120 Соус томатный 50 Макаронные изделия отварные 230 Компот из смеси сухофруктов 200 Хлеб пшен. 150 Хлеб ржан. 90	Огурец св.150 Рассольник домашний 300 Рыба, тушенная в томате с овощами 120 Каша ячневая рассыпчатая с луком 230 Напиток из шиповника200 Хлеб пшен.150 Хлеб ржан.80

	Пожити							
Блины с повидлом120/30 Сок яблочно-персиковый 200	Колбасные изделия, запеченные в тесте 100 Кондитерское изд. (конфеты) 50 Кисель плодово-ягодный 200	Ватрушка с творогом 150 Молоко кипяченое 200	Полдник Шанежка с картофелем 150 Сок яблочно-персиковый 200	Сырники из творога запеченные 150 Повидло яблочное 30 Кисель плодовоягодный 200	Конд.изд (вафли)100 Молоко кипяченое 200 Фрукт (яблоко) 100	Пирожки печеные с капустой 150 Сок яблочно- персиковый 200		
	I.		Ужин					
Огурец свеж.100 Голубцы ленивые120 Соус томатный50 Каша гречневая рассыпчатая230 Чай с сахаром200 Хлеб пшен.40 Хлеб ржан 30	Кукуруза отварная 150 Рыба (филе) отварная 120 Котлеты картофельные 230 Чай с лимоном200 Хлеб пшен.60 Хлеб ржан.55	Сельдь с луком 150 Котлеты, биточки, шницели 120 Картофель, тушенный с луком230 Сок яблочный 200 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан.30	Маринад овощной с томатом 100 Рыба, запеченная с картофелем порусски 350 Чай с сахаром200 Хлеб пшен.75 Хлеб ржан.55	Икра свекольная 100 Фрикадельки из говядины тушенные в соусе 120 Картофельное пюре 230 Чай с лимоном 200 Хлеб пшен 55 Хлеб ржан. 40	Помидор св. 100 Котлеты и биточки рыбные 120 Картофель, тушенный с луком230 Сок яблочный 200 Хлеб пшен. 50 Хлеб ржан. 50	Маринад овощной со свеклой 100 Кнели из говядины 120 Суфле из картофеля 230 Чай с сахаром200 Хлеб пшен.30 Хлеб ржан40		
	Ужин 2							
Кисломол . напиток (варенец) 180 Печенье 20 Сахар 5	Кисломол. напиток (снежок)180 Сахар 5 Хлеб пшен.30	Кисломол . напиток (ряженка) 180 Сахар 5 Пряник 25	Кисломол . напиток (йогурт) 180 Хлеб пшен.25	Кисломол . напиток (варенец) 200 Сахар 5 Печенье 20	Кисломол. напиток (снежок)200 Хлеб пшен.20	Кисломол . напиток (ряженка) 180 Сахар 5 Пряник 25		