

**ПРИМЕРНОЕ 24 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ  
Март-май**

Разработано по заказу  
Министерства образования  
и науки Кемеровской  
области-Кузбасса

| <b>I НЕДЕЛЯ</b>  |                   | <b>II НЕДЕЛЯ</b>  |                   |
|--|-------------------|---|-------------------|
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>   | <b>Выход, гр.</b> | <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>  | <b>Выход, гр.</b> |
| Каша овсяная молочная с ягодным соусом и маслом                                    | 250/25/8          | Каша рисовая молочная с персиками и маслом                      | 250/8             |
| Горячий сэндвич с сыром (бутербродная булочка, сыр)                                | 75                | Пряник  | 50                |
| Хлеб ржаной  | 30                | Фрукты в ассортименте (груша)                                   | 150               |
| Чай травяной   | 200               | Батон пшеничный/ржаной  | 30/20             |
|  |                   | Чай с лимоном и мятой   | 200               |
|  |                   |   |                   |
| <b>ВТОРНИК</b>   |                   | <b>ВТОРНИК</b>  |                   |
| Мясо тушеное в сметане   | 110               | Салат из свежих огурцов / Огурцы порционные                     | 100               |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом  | 180               | Биточек из птицы /Курица запеченная                             | 100               |
| Сыр порциями   | 20                | Макароны отварные с маслом                                      | 180               |
| Хлеб пшеничный/ржаной  | 30/20             | Хлеб пшеничный/ржаной   | 20/20             |
| Какао с молоком  | 200               | Чай с сахаром   | 200               |
|  |                   |   |                   |
| <b>СРЕДА</b>   |                   | <b>СРЕДА</b>  |                   |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком  | 200               | Люля – кебаб с томатным соусом и зеленью/ Гуляш                 | 100/(110)         |
| Фрукты в ассортименте (груша)  | 150               | Капуста тушеная   | 180               |
| Батон пшеничный/ржаной   | 30/20             | Сыр сливочный в индивидуальной упаковке                         | 17                |
| Чай с сахаром и лимоном  | 200               | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/30             |
|  |                   | Компот фруктово-ягодный (черная смородина)                      | 200               |
|  |                   |   |                   |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>   |                   | <b>ЧЕТВЕРГ</b>  |                   |
| Омлет натуральный  | 200               | Икра кабачковая   | 100               |
| Масло сливочное порциями   | 15                | Плов из булгура с курицей                                       | 280               |
| Фрукты в ассортименте (яблоко)   | 150               | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/20             |
| Батон пшеничный/ржаной   | 30/20             | Чай с сахаром и лимоном   | 200               |
| Кофейный напиток с молоком   | 200               |   |                   |
|  |                   |   |                   |
| <b>ПЯТНИЦА</b>   |                   | <b>ПЯТНИЦА</b>  |                   |
| Помидоры порционные  | 100               | Маринад из моркови  | 100               |
| Котлета мясная / Гуляш   | 100/(110)         | Рыба запеченная с сыром   | 100               |
| Картофель запеченный с сыром   | 180               | Картофель отварной с маслом и зеленью                           | 180               |
| Хлеб пшеничный/ржаной  | 20/20             | Хлеб пшеничный/ржаной   | 20/30             |
| Компот из кураги   | 200               | Компот фруктово-ягодный (вишня)                                 | 200               |
|  |                   |   |                   |
| <b>СУББОТА</b>   |                   | <b>СУББОТА</b>  |                   |
| Морковь тушеная с зеленым горошком   | 100               | Омлет натуральный   | 200               |
| Биточек из рыбы / Рыба запеченная в омлете   | 100               | Фрукты в ассортименте (яблоко)                                  | 150               |
| Рагу овощное вариант №2 (картофель, баклажан, цуккини, томат, морковь, перец, лук) | 180               | Сыр порциями  | 20                |
| Хлеб пшеничный/ржаной  | 20/30             | Батон пшеничный/ржаной  | 20/20             |
| Чай с облепихой  | 200               | Какао с молоком   | 200               |
|  |                   |   |                   |
|  |                   |   |                   |
| <b>III НЕДЕЛЯ</b>  |                   | <b>IV НЕДЕЛЯ</b>  |                   |
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>   | <b>Выход, гр.</b> | <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>  | <b>Выход, гр.</b> |
| Каша рисовая молочная с маслом   | 250/8             | Каша пшеничная молочная с маслом                                | 250/8             |
| Пряник   | 50                | Фрукты в ассортименте (яблоко)                                  | 150               |
| Сыр порциями   | 20                | Батон пшеничный/ржаной  | 20/20             |
| Батон пшеничный/ржаной   | 30/20             | Какао с молоком   | 200               |
| Кофейный напиток с молоком   | 200               |   |                   |
|  |                   |   |                   |
| <b>ВТОРНИК</b>   |                   | <b>ВТОРНИК</b>  |                   |
| Фрикадельки мясные / Гуляш   | 100/(110)         | Курица запеченная   | 100               |
| Картофель отварной с маслом и зеленью  | 180               | Каша гречневая рассыпчатая со сметанным соусом                  | 180               |
| Фрукты в ассортименте (груша)  | 150               | Сыр порциями  | 20                |
| Хлеб пшеничный/ржаной  | 20/30             | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/20             |
| Компот фруктово-ягодный (клубника)   | 200               | Чай с шиповником  | 200               |
|  |                   |   |                   |
| <b>СРЕДА</b>   |                   | <b>СРЕДА</b>  |                   |
| Омлет с сыром  | 200               | Капуста квашеная  | 100               |
| Оладьи с маслом  | 95/5              | Зразы рыбные ленивые / Рыба запеченная под сырно-овощной шапкой | 100               |
| Батон пшеничный/ржаной   | 30/20             | Картофель запеченный  | 180               |
| Чай с сахаром  | 200               | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/20             |
|  |                   | Компот фруктово-ягодный (яблоко - клюква)                       | 200               |
|  |                   |   |                   |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>   |                   | <b>ЧЕТВЕРГ</b>  |                   |
| Икра свекольная  | 100               | Запеканка из творога с соусом шоколадным                        | 200               |
| Филе птицы тушеное в томатном соусе  | 110               | Фрукты в ассортименте (груша)                                   | 150               |
| Каша перловая рассыпчатая с маслом   | 180               | Батон пшеничный/ржаной  | 20/20             |
| Хлеб пшеничный/ржаной  | 20/20             | Кофейный напиток с молоком                                      | 200               |
| Компот фруктово - ягодный (облепиха)   | 200               |   |                   |
|  |                   |   |                   |
| <b>ПЯТНИЦА</b>   |                   | <b>ПЯТНИЦА</b>  |                   |
| Мясо тушеное с картофелем  | 280               | Гуляш   | 110               |
| Фрукты в ассортименте (яблоко)   | 150               | Каша пшеничная вязкая с маслом                                  | 180               |
| Хлеб пшеничный/ржаной  | 30/30             | Сыр сливочный в индивидуальной упаковке                         | 17                |
| Горячий шоколад  | 200               | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/20             |
|  |                   | Компот из сухофруктов   | 200               |
|  |                   |   |                   |
|  |                   |   |                   |
| <b>СУББОТА</b>   |                   | <b>СУББОТА</b>  |                   |
| Сырники из творога со сгущенным молоком  | 200               | Маринад из моркови  | 100               |
| Сыр порциями   | 20                | Зраза мясная /Бефстроганов                                      | 100/(110)         |
| Фрукты в ассортименте (груша)  | 150               | Спагетти отварные с маслом                                      | 180               |
| Батон пшеничный/ржаной   | 20/20             | Хлеб пшеничный/ржаной   | 20/20             |
| Чай с сахаром и лимоном  | 200               | Чай с лимоном и мятой   | 200               |
|  |                   |   |                   |