

ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЧОУ «Начальная общеобразовательная школа Ор Авнер» на осенне-зимний период
1,3 неделя сад/начальная школа

	1 день (понедельник)	2 день (вторник)	3 день (среда)	4 день (четверг)	5 день (пятница)
Завтрак	Каша геркулесовая (200) Чай с сахаром (200) Бутерброд с маслом (40)	Салат из зеленого горошка консервированного или кукурузы консервированной (60) Омлет натуральный (180) Какао с молоком (200) Батон (30) Масло(порциями) 10	Салат из моркови (60) Каша рисовая рассыпчатая (150) Чай с молоком(200) Масло (порциями) (10) Батон (30)	Каша манная жидкая (200) Кофейный напиток с молоком (200) Масло порциями (10) Батон (30)	Каша «Дружба» (200) Чай с сахаром (200) Масло (порциями) (10) Сыр(порциями) (15) Батон (30)
II Завтрак	Гренки из пшеничного хлеба (30) Фрукт свежий яблоко (150г)	Фрукт свежий банан (150г)	Фрукт свежий яблоко (150г)	Печенье (30) Фрукт свежий банан (150г)	Фрукт свежий яблоко (150г)
Обед	Салат витаминный (60) Суп картофельный с мясными фрикадельками (200) Каша рисовая рассыпчатая(150) Гуляш из отварного мяса (80) Компот из смеси сухофруктов (180) Хлеб ржаной (50)	Щи из свежей капусты с картофелем и курой (200) Картофель тушеный (150) Рыба припущенная (80) Компот из смеси сухофруктов(180) Хлеб ржаной (50)	Суп рыбный (200) Голубцы ленивые (220) Соус белый основной № 360 (50) Компот из смеси сухофруктов(180) Хлеб ржаной (50)	Салат «Свеколка» (60) Рассольник домашний с мясом (200) Пюре картофельное (150) Котлеты или биточки рыбные запеченные (80) Компот из смеси сухофруктов (180) Хлеб ржаной (50)	Борщ с мясом (200) Каша гречневая рассыпчатая (150) Котлеты рубленые из птицы паровые (80) Соус томатный №364 (50) Компот из смеси сухофруктов (180) Хлеб ржаной (30)
Ужин	Овощи тушеные с мясом (220) Сок (200) Батон(30)	Каша пшеничная жидкая (200) Молоко кипяченое (180) Булочка домашняя (70)	Жаркое по-домашнему (220) Кисель из повидла, джема, варенья (200) Батон (30) Хлеб ржаной (50)	Капуста тушеная(150) Шницель куриный (80) Чай с сахаром (200) Батон (30) Хлеб ржаной (50)	Салат из белокочанной капусты (60) Гуляш из отварного мяса (80) Макаронные изделия отварные (150) Кисель из повидла, джема, варенья (200) Батон (30)

2,4 неделя сад/начальная школа

	6 день (понедельник)	7 день (вторник)	8 день (среда)	9 день (четверг)	10 день (пятница)
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая (150) Какао с молоком (200) Бутерброд с маслом и джемом (50)	Каша пшеничная молочная жидкая (200) Чай с сахаром (200) Сыр(порциями) (15) Батон (30) Масло (порциями) (10)	Салат из моркови (60) Каша рисовая рассыпчатая (150) Чай с молоком (200) Бутерброд с маслом (40)	Каша «Дружба» (200) Чай с сахаром (200) Батон (30) Масло (порциями) (10)	Суп молочный с макаронными изделиями(200) Кофейный напиток (200) Закрытый бутерброд с сыром (50)
II Завтрак	Фрукт свежий банан (150г)	Булочка домашняя (70) Фрукт свежий яблоко (150г)	Фрукт свежий яблоко (150г)	Фрукт свежий банан (150г)	Фрукт свежий яблоко (150г)
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками(200) Каша рисовая рассыпчатая (150) Рулет с луком и яйцом (80) Соус томатный №364 (50) Компот из смеси сухофруктов (180) Хлеб ржаной (50)	Щи из свежей капусты с картофелем и курой (200) Пюре картофельное(150) Биточки рыбные (80) Огурец солёный (60) Компот из смеси сухофруктов(180) Хлеб ржаной (50)	Суп рыбный (200) Голубцы ленивые (220) Соус томатный (50) Компот из смеси сухофруктов (180) Хлеб ржаной (50)	Борщ с мясом (200) Овощи тушеные (150) Шницель куриный (80) Компот из смеси сухофруктов(180) Хлеб ржаной (50)	Суп гороховый с гренками (200) Каша гречневая рассыпчатая(150) Котлеты рубленые из птицы (80) Соус томатный №364(50) Компот из смеси сухофруктов (180) Хлеб ржаной (50)
Ужин	Овощи тушеные с мясом (220) Чай с сахаром (200) Батон (30) Хлеб ржаной (50)	Салат из зеленого горошка консервированного или кукурузы консервированной (60) Омлет натуральный (180) Какао с молоком(200) Батон (30) Масло(порциями) (10)	Макаронные изделия отварные (150) Гуляш из отварного мяса (80) Чай с сахаром (200) Батон (30)	Картофель тушеный (150) Биточки рыбные (80) Сок (200) Хлеб ржаной (50) Булочка домашняя (70)	Жаркое по-домашнему (220) Кисель из повидла, джема , варенья (200) Батон (30) Хлеб ржаной (50)

ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЧОУ «Начальная общеобразовательная школа Ор Авнер» на осенне-зимний период
1,3 неделя ясли

	1 день (понедельник)	2 день (вторник)	3 день (среда)	4 день (четверг)	5 день (пятница)
Завтрак	Каша геркулесовая (150) Чай с сахаром (150) Бутерброд с маслом (40)	Салат из зеленого горошка консервированного или кукуруза консервированной (40) Омлет (120) Какао с молоком (150) Батон (25) Масло(порциями) 5	Салат из моркови (40) Каша рисовая рассыпчатая (150) Чай с молоком(150) Масло (порциями) (5) Батон (25)	Каша манная жидкая (150) Кофейный напиток с молоком (150) Масло порциями (5) Батон (25)	Каша «Дружба» (150) Чай с сахаром (150) Масло (порциями) (5) Сыр(порциями) (10) Батон (25)
II Завтрак	Гренки из пшеничного хлеба (20) Фрукт свежий яблоко (100г)	Фрукт свежий банан (100г)	Фрукт свежий яблоко (100г)	Печенье (30) Фрукт свежий банан (100г)	Фрукт свежий яблоко (100г)
Обед	Салат витаминный (40) Суп картофельный с мясными фрикадельками (150) Каша рисовая рассыпчатая(120) Гуляш из отварного мяса (60) Компот из смеси сухофруктов (150) Хлеб ржаной (40)	Щи из свежей капусты с картофелем и курой (150) Картофель тушеный (120) Рыба припущенная (60) Компот из смеси сухофруктов(150) Хлеб ржаной (40)	Суп рыбный (150) Голубцы ленивые (150) Соус белый основной № 365 (50) Компот из смеси сухофруктов (150) Хлеб ржаной (40)	Салат «Свеколка» (40) Рассольник домашний с мясом (150) Пюре картофельное (120) Котлеты или биточки рыбные запеченные (60) Компот из смеси сухофруктов (150) Хлеб ржаной (40)	Борщ с мясом (150) Каша гречневая рассыпчатая (120) Котлеты рубленые из птицы паровые (60) Соус томатный №364 (50) Компот из смеси сухофруктов (150) Хлеб ржаной (40)
Ужин	Овощи тушеные с мясом (180) Напиток яблочный (150) Батон (20)	Каша пшенная жидкая (150) Молоко кипяченое (150) Булочка домашняя (60)	Жаркое по-домашнему (180) Кисель из повидла, джема , варенья (150) Батон (25) Хлеб ржаной (40)	Капуста тушеная(120) Шницель куриный (60) Чай с сахаром (150) Батон (25) Хлеб ржаной (40)	Салат из белокочанной капусты (40) Гуляш из отварного мяса (60) Макароны отварные (120) Кисель из повидла, джема , варенья (150) Батон (20)

2,4 неделя ясли

	6 день (понедельник)	7 день (вторник)	8 день (среда)	9 день (четверг)	10 день (пятница)
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая (150) Какао с молоком (150) Бутерброд с маслом и джемом (40)	Каша пшеничная молочная жидкая (150) Чай с сахаром (150) Сыр(порциями) (10) Батон (25) Масло (порциями) (5)	Салат из моркови (40) Каша рисовая рассыпчатая (150) Чай с молоком (150) Бутерброд с маслом (30)	Каша «Дружба» (150) Чай с сахаром (150) Батон (25) Масло (порциями) (5)	Суп молочный с макаронными изделиями (150) Кофейный напиток с молоком (150) Закрытый бутерброд с сыром (40)
II Завтрак	Фрукт свежий банан (100г)	Булочка домашняя (60) Фрукт свежий банан яблоко(100г)	Фрукт свежий яблоко (100г)	Фрукт свежий банан (100г)	Фрукт свежий яблоко (100г)
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками(150) Каша рисовая рассыпчатая (120) Рулет с луком и яйцом (60) Соус томатный №364 (50) Компот из смеси сухофруктов (150) Хлеб ржаной (40)	Щи из свежей капусты с картофелем и курой (150) Пюре картофельное(120) Биточки рыбные (60) Огурец солёный (60) Компот из смеси сухофруктов (150) Хлеб ржаной (40)	Суп рыбный (150) Голубцы ленивые (150) Соус томатный №364 (50) Компот из смеси сухофруктов (150) Хлеб ржаной (40)	Борщ с мясом (150) Овощи тушеные (120) Шницель куриный (60) Компот из смеси сухофруктов(150) Хлеб ржаной (40)	Суп гороховый с гречками (150) Каша гречневая рассыпчатая(120) Котлеты рубленые из птицы (60) Соус томатный №364 (50) Компот из смеси сухофруктов (150) Хлеб ржаной (40)
Ужин	Овощи тушеные с мясом (180) Чай с сахаром (150) Батон (20) Хлеб ржаной (40)	Салат из зеленого горошка консервированного или кукурузы консервированной (40) Омлет натуральный(120) Какао с молоком(150) Батон (25) Масло(порциями) (5)	Макаронные изделия отварные (120) Гуляш из отварного мяса (60) Чай с сахаром (150) Батон (25)	Картофель тушеный (120) Котлеты или биточки рыбные (60) Сок (150) Хлеб ржаной (40) Булочка домашняя (60)	Жаркое по-домашнему (180) Кисель из повидла, джема , варенья (150) Батон (25) Хлеб ржаной (40)