

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» имени братьев Глубоковых с. Лопатино муниципального района Волжский Самарской области структурное подразделение «Детский сад «Улыбка»

Утверждено
Приказом директора ГБОУ СОШ «ОЦ» с.Лопатино
№ _____ от _____

И.о.директора Чернов А. М.

Приём пищи	1 день	Выход, ^г Ясли/сад	2 день	Выход, ^г Ясли/ сад	3 день	Выход, ^г Ясли/ сад	4 день	Выход, ^г Ясли/сад	5 день	Выход, ^г Ясли/сад
завтрак	Каша молочная пшеничная	150/ 200	Каша молочная геркулесовая	150/ 200	Омлет натуральный Кабачковая икра	150/200 40/50	Суп молочный рисовый	150/200	Творожная запеканка с вареной сгущенкой	150/200 7/7
	Батон с маслом сливочным	20/30 6/6	Батон с маслом сливочным, сыром	30/40 6/6 10/10	Бутерброд с повидлом	20/30 10/10	Бутерброд с маслом сливочным	30/40 6/6	Батон с маслом сливочным	20/30 6/6
	Кофейный напиток	150/200	Кофейный напиток на молоке	150/ 200	Какао на молоке	150/200	Кофейный напиток	150/200	Какао на молоке	150/200
2 За вт ра	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100
Обед	Суп рыбный на к.н.с.,	180/ 200	Свекольник на мясокостном бульоне,	180/ 200	Борщ на мясокостном бульоне со сметаной	180/200	Суп гороховый на мясокостном бульоне	180/200	Суп с клёцками на курином бульоне	180/200
	Макароны с подливкой	130/150 30/30	рыба порционная в сметанном соусе с овощами, гороховое пюре	70/80 9/11 110/ 120	Капуста тушёная с мясом	130/150	Тефтели мясные в томатном соусе Картофельное пюре	70/80 120/130 6/6	Птица тушённая с овощами	130/150
	Салат из квашеной капусты с луком на растит. масле	50/60	Салат из свежих помидоров и огурцов на растительном масле	50/60	Огурец свежий (солённый) порционный,	40/40	Томаты свежие (соленные) порционные	40/40	Салат из квашеной капусты с луком на растит масле	50/60
	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/50 20/30	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/50 30/40	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/50 20/30	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/50 30/40	Хлеб ржаной/ пшеничный	40/50 20/30
	Напиток из сухофруктов	180/ 200	Напиток из шиповника	180/ 200	Компот	180/200	Компот из кураги	180/200	Напиток из сухофруктов	180/200
Полдник	Кисель	150/200	Кисломолочный продукт	150/ 180	Кисломолочный продукт	150/180	Кисломоч. продукт	150/180	Кисломолоч. продукт	150/180
	Кондит. изделия	17/27	Кондитерские изделия	17/27	Кондитерские изделия	17/27	Кондитер. изделия	17/27	Булочка	70/70
	фрукты	95/100	Свёкла отварная порционная	40/40	Фрукты	95/100	Морковь отварная	40/40		
Ужин	Суп молочный гречневый	150/200	Ленивые вареники с творогом. Соус сладкий молочный	130/ 150 10/10	Суфле из говяжьей печени со сметаной Салат «Зимний»	130/150 40/50	Пирожки с капустой	140/140	Гречка с маслом Салат «Винегрет»	130/150 6/6 40/50
	яйцо отварное	20/20	Хлеб пшеничный	20/20	Хлеб пшеничный	20/20			Хлеб пшеничный	20/20
	чай с сахаром	180/200	Чай с лимоном	180/ 200	Чай заварка	180/200	чай с сахаром	180/200	Чай с лимоном	150/200
	хлеб	20/20	Фрукты	95/100			Фрукты	95/100	Фрукты	95/100

Приём пищи	16 день	Выход, ^г Ясли/сад	17 день	Выход, ^г Ясли/ сад	18 день	Выход, ^г Ясли/ сад	19 день	Выход, ^г Ясли/сад	20 день	Выход, ^г Ясли/сад
завтрак	Каша молочная кукурузная	150/200	Каша молочная ячневая	150/200	Омлет натуральный Кабачковая икра	90/100	Суп молочный вермишелевый	150/200	Творожная запеканка с вареной сгущенкой	100/110 7/7
	Батон с маслом сливочным	20/30 6/6	Батон с маслом сливочным, сыром	30/40 6/6 10/10	Бутерброд с повидлом	20/30 6/6 10/10	Бутерброд с маслом сливочным	30/40 6/6	Батон с маслом сливочным	20/30 6/6
	Кофейный напиток	150/200	Кофейный напиток на молоке	150/200	Какао на молоке	150/200	Кофейный напиток	150/200	какао на молоке	150/200
з	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100
Обед	Суп вермишелевый на тушёй говядине	180/200	Рассольник на мясокостном бульоне со сметанной,	180/200	Борщ на мясокостном бульоне со сметаной	180/200	Суп гороховый на мясокостном бульоне	180/200	Суп с рисом на курином бульоне	180/200
	Плов на тушеной говядине с овощами	120/150	Рыба порционная в сметанном соусе с овощами, картофель отварной с маслом	70/70 120/130 6/6	Гуляш мясной Гречка с маслом сливочным	50/55 110/120 6/6	Рыба порционная в сметанном соусе Капуста тушеная	70/70 120/130	Картофель тушёный с куриным мясом	120/150
	Салат из свежей капусты с морковью на растит. масле	40/60	огурец свежий (солённый) порционный	40/40	Томаты свежие (солёные) порционно,	40/40	Салат из свежих помидор и огурцов на растит. масле	40/60	Салат из свежей капусты с морковью на растит масле	40/60
	Хлеб ржаной/пшеничный	40/50 20/30	Хлеб ржаной/пшеничный	40/50 30/40	Хлеб ржаной/пшеничный	40/50 20/30	Хлеб ржаной/пшеничный	40/50 30/40	Хлеб ржаной/пшеничный	40/50 20/30
	Напиток из сухофруктов	150/200	Напиток из шиповника	150/200	Компот	150/200	Компот из кураги	150/200	Напиток из сухофруктов	150/200
Полдник	Кислом. продукт	150/180	Кислом. продукт	150/180	Кислом. продукт	150/180	Кисломоч. продукт	150/180	Кисломолоч продукт	150/180
	Кондит. изделия	17/27	Сухарики	10/15	Кондитерские изделия	17/27	Кондитер. изделия	17/27	Ватрушка с повидлом	80/80
	Морковь тёртая с сахаром	40/40	Свёкла отварная порционная	40/40	Фрукт	95/100	Морковь тёртая с сахаром	40/40	Плов мясной с овощами	120/140
Ужин	Макароны с маслом и тертым сыром	110/120 10/15 6/6	Ленивые вареники с творогом .Соус сладкий молочный	100/110 10/10	Суфле из говяжьей печени со сметаной Салат « Зимний»	130/150 40/50	Оладьи с повидлом	120/120 10/10	Салат «Светофор»	40/50
					Хлеб пшеничный	20/20			Хлеб пшеничный	20/20
	чай с сахаром	150/200	Чай с лимоном	150/200	Чай заварка	150/200	Чай с сахаром	150/200	Чай с лимоном	150/200
	Фрукты	95/100	Фрукты	95/100			Фрукты	95/100	Фрукты	95/100