



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора
МБУ "Комбинат питания"

С.А. Анисимова

**Примерное
20 - дневное меню обедов
для обучающихся 1-4-х классов
Возрастная группа: 7-11 лет
Сезон: зима
Вариант №2**

*Разработано по приказу Министерства образования и науки Кузбасса
Согласовано: Руководитель Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека по Кемеровской области - Кузбассу Е.И.Окс.*

Разработано:

Главный технолог МАУ "Школьное питание"

С.Ю. Хохлова

Откорректировано:

Начальник отдела технологов "МБУ "Комбинат питания"

В.И. Хромова

**ПРИМЕРНОЕ 20–ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1–4 КЛАССОВ
Ноябрь–февраль 2020 г – 2021 г
г. Новокузнецк**

II ПОНЕДЕЛЬНИК		III ПОНЕДЕЛЬНИК	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход.гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход.гр.
Фруктвассортименте	150	Маринадизморкови «Чудесный»	60
Щи с мясом и сметаной (говядина)	200/10/10	Свекольник с мясом и сметаной (говядина)	200/10/10
Сосиски отварная	100	Плов с курицей (филе окорочков)	75/150
Спагетти с томатным соусом	150	Хлебшеничный/ржаной	40/25
Хлебшеничный/ржаной	30/20	Компот фруктов-ягодный (клубника)	200
Компот сухофруктов	200		
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Яйцо отварное	40	Фруктвассортименте	150
Сыр порциями	10	Суп куриный с вермишелью (окорочка куриные)	200
Суп рыбный с крупой (сайра)	200	Запеканка из печени со сливочным соусом/Печень по-строгановски	90/(80/50)
Биточек мясной «Пионерский» Гуляш «Смоляной бочек»	80/(75/75)	Картофельное пюре с маслом/Картофель запеченный	150/150
Рагу овощное вариант №1 (цв. капуста, фасоль, морковь, горошек)	150	Хлебшеничный/ржаной	45/25
Хлебшеничный/ржаной	45/25	Кисель витаминизированный	200
Компот фруктов-ягодный (вишня)	200		
СРЕДА		СРЕДА	
Салат из свеклы с яблоками	60	Горошек консервированный	60
Суп гороховый с мясом (говядина)	200/10	Уха с рыбой (горбуша)	200
Курица запеченная с сыром (окорочка куриные)	85	Чахохбили	90
Картофельное пюре с маслом/ Картофель отварной с маслом и зеленью	150/150	Каша гречневая с маслом	150
Хлебшеничный/ржаной	30/20	Хлебшеничный/ржаной	40/20
Кисель витаминизированный	200	Компот фруктов-ягодный (кизил)	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Маринадизморкови «Чудесный»	60	Фруктвассортименте	150
Борщ с мясом и сметаной (говядина)	200/10/10	Рассольник с мясом и сметаной (говядина)	200/10/10
Люля-кебаб с томатным соусом и зеленью/Бефстроганов «Последняя четверть»	80/(75/75)	Сарделька	100
Каша гречневая с маслом	150	Рагу овощное вариант №2 (картофель, баклажан, цуккини, томат, морковь, перец, лук)	150
Хлебшеничный/ржаной	45/25	Хлебшеничный/ржаной	45/25
Компот фруктов-ягодный (яблоко-брусника)	200	Напиток витаминизированный	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Кукуруза консервированная	60	Капуста квашеная	60
Суп картофельный с мясом (говядина)	200/10	Суп из овощей с гречкой, мясом и сметаной/Суп-пюре из овощей с гречкой	200/10/10/10 (200/10)
Рыба запеченная в масле «Директорская» (минтай)	80	Мясо тушеное с сметаной (говядина)	80
Рисотварная с овощами «Смак»	150	Макаронотварное с маслом	150
Хлебшеничный/ржаной	40/25	Хлебшеничный/ржаной	45/25
Компот фруктов-ягодный (красная смородина)	200	Компот из кураги	200
IV ПОНЕДЕЛЬНИК		IV ПОНЕДЕЛЬНИК	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход.гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход.гр.
Икра кабачковая	60	Кукуруза консервированная	60
Суп картофельный с мясом (говядина)	200/10	Суп из овощей с мясом и сметаной	200/10/10
Филе курицы тушеное с овощами (филе кур)	80	Филе курицы запеченное в розовом соусе (филе кур)	80
Каша гречневая с маслом	150	Каша перловая с маслом	150
Хлебшеничный/ржаной	45/25	Хлебшеничный/ржаной	60/20
Компот фруктов-ягодный (облепиха)	200	Напиток витаминизированный	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Икра свекольная	60	Фруктвассортименте	150
Суп гороховый с мясом (говядина)	200/10	Суп куриный с рисом и томатом	200
Курица запеченная «Курочка Ряба»	80	Бигос с мясом (говядина)	230
Рагу овощное вариант №3 (томат, перец, цуккини, морковь, лук)	150	Хлебшеничный/ржаной	45/25
Хлебшеничный/ржаной	45/25	Компот из чернослива и сухофруктов	200
Отвар из шиповника	200		
СРЕДА		СРЕДА	
Яйцо отварное	40	Яйцо отварное	40
Сыр порциями	10	Сыр порциями	10
Суп куриный с вермишелью (окорочка куриные)	200	Борщ с квашеной капустой с мясом и сметаной (говядина)	200
Рыба запеченная с сыром (минтай)	80	Котлета из птицы «Пеструшка»/Филе птицы тушеное в томатном соусе	80/90
Картофельное пюре с маслом/Картофель отварной с луком и зеленью	150/150	Рисотварная с маслом	150
Хлебшеничный/ржаной	45/25	Хлебшеничный/ржаной	30/20
Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Фруктвассортименте	150	Фруктвассортименте	150
Щи с мясом и сметаной (говядина)	200/10/10	Суп картофельный с мясом (говядина)	200/10
Котлета мясная «Деликатесная»/Мясо тушеное (свинина)	80/(80)	Гуляш «Смоляной бочек»	75/75
Рисотварная с маслом	150	Макаронотварное с маслом	150
Хлебшеничный/ржаной	30/20	Хлебшеничный/ржаной	45/25
Компот сухофруктов	200	Компот фруктов-ягодный (черная смородина)	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Маринадизморкови «Чудесный»	60	Салат из свеклы с яблоком	60
Борщ с мясом и сметаной (говядина)	200/10/10	Рассольник с мясом и сметаной (говядина)	200/10/10
Сарделька отварная	100	Котлета мясная «Деликатесная»/Бефстроганов «Последняя четверть»	80/(75/75)
Макаронотварное с маслом	150	Картофельное пюре с маслом/Картофель отварной с маслом и зеленью	150/150
Хлебшеничный/ржаной	30/20	Хлебшеничный/ржаной	30/20
Кисель витаминизированный	200	Компот из кураги	200