

# МЕНЮ

12-18 лет

Утверждаю  
директор  
Пятницина Н.Л.

*Земь*

*Трикоу № 31/01-09*  
*от 7.11.2024г.*

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
каша рисовая молочная с маслом сливочным 250	гуляш из свинины 120	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) ИЗ СВИНИНЫ 120	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ 250	котлета из мяса кур 120	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ СВИНИНЫ 120	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ 250	котлета из мяса кур 120	Плов со свининой 200	Картофельное пюре 180
чай с сахаром 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331 50	хлеб ржаной 20	Картофельное пюре 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 180	овощи по сезону огурец свежий 60	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 180	овощи по сезону помидор 60	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" 200
бутерброд с сыром б/масла 15/15	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 20	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 180	чай с сахаром 200	хлеб ржаной 20	чай с сахаром 200	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 20	хлеб ржаной 20	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 20	КОТЛЕТЫ ИЗ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ 120
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 200	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 20	ЙОГУРТ 2.5% 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 200	хлеб ржаной 20	фрукт груша 130	фрукт яблоко 100	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 200	МАНДАРИН 100
	хлеб ржаной 40	чай с сахаром 200		МАНДАРИН 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	чай с сахаром 200	чай с сахаром и лимоном 200/5	фрукт яблоко 100	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 20
<b>Обед</b>									
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 250/10	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 250/10	Суп картофельный с яйцом (с яичными хлопьями) 250	суп картофельный с бобовыми 250	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 250/10	Суп картофельный с яйцом (с яичными хлопьями) 250	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ 250	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 250/10	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250	суп картофельный с бобовыми 250
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ 250	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 220	биточки из мяса кур 120	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	Плов 200	хлеб ржаной 40	хлеб ржаной 40	гуляш из свинины 120	котлета рыбная 120	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) ИЗ СВИНИНЫ 120
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 60	хлеб ржаной 20	рис отварной 180	хлеб ржаной 20	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 40	ЙОГУРТ 2.5% 200	компот из свежих плодов с/м 200	рис отварной 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 180
хлеб ржаной 20	пирог с повидло 175	хлеб ржаной 20	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 20	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" 200	компот из свежих плодов с вит С 200	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ 120	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 20	хлеб ржаной 20	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331 50
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ 20	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/10/70	компот и свежих плодов с/м 200	плюшка новомосковская 100	Булочка "Российская" 60	оладьи с молоком сгущенным 200	Картофельное пюре 180	компот из ягод с/м с вит. С 200	Булочка "Российская" 60	хлеб ржаной 20
компот из свежих плодов с вит С 200			КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200				ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200