

Разработано по заказу
Министерства образования
и науки Кемеровской
области-Кузбасса

Обед «Школьника»
Перемены питания с 12:00 до 17:00

Для учащихся 1-4 классов
Сентябрь - октябрь 2020 г.
для ОУ №

5,10,12,14,15,23,24,26,32,35,36,36ф,37,39,40,41,48,49,50,50ф,54ф,55,56,58,68,74,
82,89,90,90ф,91,92,95,97,97ф



I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход,гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Салат Аксиома (огурцы, зелень, масло)	60	Салат Пятерочка (помидоры, зелень, масло)	60
Суп куриный с вермишелью	200	Суп картофельный с фасолью	200
Котлета мясная с тыквой (говядина, курица, тыква)	80	Плов с курицей	250
Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Компот из смородины и сливы	200
Кисель плодово – ягодный витаминиз (яблочно-облепиховый)	200		
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Салат Незабудка (капуста, морковь, масло)	60	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60
Суп гороховый с мясом	200	Суп из овощей с пшеном с мясом	200
Гуляш (свинина)	80/30	Курица запеченная	80
Рис с маслом	150	Макароны отварные с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот яблочно - смородиновый	200	Компот из клубники	200
СРЕДА		СРЕДА	
Салат из моркови с яблоками	60	Ассорти из свежих овощей (огурцы, помидоры)	60
Борщ с мясом и сметаной	200	Свекольник с мясом и сметаной	200
Рыба запеченная со сметаной и зеленью (минтай)	100	Печень тушеная в сметанном соусе	80/30
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Рис с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из сухофруктов	200	Компот из кураги	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Икра свекольная	60	Салат Просто песня (капуста, морковь, горошек, масло)	60
Суп рыбный с крупой (сайра)	200	Суп – пюре из овощей с гречками	200/10
Фрикадельки с рисовой крупой (свинина, курица, лук, рис, морковь)	80	Мясо тушеное (свинина)	80/30
Спагетти отварные с маслом	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из вишни	200	Компот из кизила	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Винегрет	60	Яйцо отварное с кукурузой	25/25/10
Щи с мясом и сметаной	200	Суп куриный с рисом	250
Сосиска отварная	100	Биточек из рыбы Бриз (минтай, лук, морковь)	80
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Картофельное пюре с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Сок фруктовый (зеленое яблоко)	200	Напиток витаминизированный плодово – ягодный (клюквенный)	200
III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход,гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Огурцы порционные	60	Салат Мозаика (огурцы, помидоры, кукуруза)	60
Суп картофельный с мясом	200	Солянка овощная	200
Сарделька отварная	100	Котлета из птицы Ряба	80
Спагетти отварные с маслом	150	Картофельное пюре с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Отвар из шиповника	200	Компот из черноплодной рябины	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Яйцо отварное с зеленым горошком	25/25/10	Салат Чемпионский (огурцы, помидоры, зелень, масло)	60
Суп куриный с вермишелью	200	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
Рыба тушеная с овощами (минтай)	80/30	Рыба запеченная по – сибирски (минтай, соус молочный)	80
Картофельное пюре с маслом	150	Рис с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из клубники и алычи	200	Компот из красной смородины	200
СРЕДА		СРЕДА	
Маринад из моркови	60	Салат Солнечный (морковь, сыр, чеснок, соус)	60
Борщ с мясом и сметаной	200	Суп куриный с рисом и томатом	200
Курица запеченная с сыром	85	Жаркое с мясом (свинина)	250
Рис с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Компот из яблок и жимолости	200
Кисель плодово – ягодный витаминиз (черносмородиновый)	200		
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Салат Помидорка (помидоры, сыр, чеснок, соус)	60	Салат Ромашка (капуста, кукуруза, огурцы, соус)	60
Уха с рыбой (горбуша)	200	Суп – пюре из тыквы с гречками	200/10
Мясо тушеное с картофелем (свинина)	250	Биточек мясной Пионерский (говядина, курица)	80
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
Сок фруктовый (мультифруктовый)	200	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
		Сок фруктовый (периковый)	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Салат Школьный (капуста, свекла, чеснок, масло)	60	Салат Витаминка (картофель, морковь, огурцы соленые, горошек, соус)	60
Суп гороховый с мясом	200	Рассольник с мясом и сметаной	200
Котлета мясная Деликатесная (свинина, курица)	80	Филе птицы запеченное с помидорами	80
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Макароны отварные с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из смородины	200	Компот из чернослива и сухофруктов	200