

Разработано по заказу  
Министерства образования  
и науки Кемеровской  
области-Кузбасса

**ЗАВТРАК «Школьника»**  
Перемены питания с 08:00 до 12:00  
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. |
| Филе птицы запеченное с помидорами                  | 80         | Сосиска отварная  | 100        |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом                 | 150        | Макароны отварные с маслом                                    | 150        |
| Сыр порциями  | 20         | Конфитюр  | 20         |
| Масло сливочное порциями                            | 20         | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/20      |
| Хлеб пшеничный/ржаной                               | 30/20      | Чай с сахаром   | 200        |
| Чай с сахаром                                       | 200        |   |            |
| ВТОРНИК   |            | ВТОРНИК   |            |
| Омлет с помидорами                                  | 150        | Омлет натуральный   | 150        |
| Масло сливочное порциями                            | 20         | Фрукт (груша)   | 150        |
| Фрукт (яблоко)                                      | 150        | Сыр порциями  | 20         |
| Батон пшеничный/ржаной                              | 30/20      | Масло сливочное порциями                                      | 20         |
| Чай с лимоном и мятой                               | 200        | Батон пшеничный/ржаной  | 30/20      |
|   |            | Какао с молоком   | 200        |
| СРЕДА   |            | СРЕДА   |            |
| Каша овсяная молочная с сушеной вишней и маслом     | 200/5      | Запеканка из творога с тыквой и морковью со сгущенным молоком | 150/30     |
| Фрукт (слива)                                       | 100        | Сыр сливочный в индивидуальной упаковке                       | 17         |
| Сыр порциями  | 20         | Фрукт (яблоко)  | 150        |
| Масло сливочное порциями                            | 20         | Батон пшеничный/ржаной  | 30/20      |
| Батон пшеничный/ржаной                              | 30/20      | Чай с сахаром и лимоном                                       | 200        |
| Чай с молоком                                       | 200        |   |            |
| ЧЕТВЕРГ   |            | ЧЕТВЕРГ   |            |
| Запеканка творожная со сгущенным молоком            | 150/20     | Огурцы порционные   | 60         |
| Фрукт (груша)                                       | 150        | Рыба запеченная со сметаной и зеленью (минтай)                | 80         |
| Батон пшеничный/ржаной                              | 30/20      | Пюре картофельное с маслом                                    | 150        |
| Чай с сахаром и лимоном                             | 200        | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/20      |
|   |            | Компот из вишни   | 200        |
| ПЯТНИЦА   |            | ПЯТНИЦА   |            |
| Помидоры порционные                                 | 60         | Каша пшеничная молочная с сушеной клюквой и маслом            | 200/5      |
| Котлета мясная Домашняя (говядина, свинина, курица) | 80         | Фрукт (слива)   | 100        |
| Рис отварной с маслом                               | 150        | Масло сливочное порциями                                      | 20         |
| Хлеб пшеничный/ржаной                               | 30/20      | Батон пшеничный/ржаной  | 30/20      |
| Компот из кураги                                    | 200        | Чай с сахаром   | 200        |
| III НЕДЕЛЯ  |            | IV НЕДЕЛЯ   |            |
| ПОНЕДЕЛЬНИК   | Выход, гр. | ПОНЕДЕЛЬНИК   | Выход, гр. |
| Филе птицы тушеное в томатном соусе                 | 80/30      | Сарделька отварная  | 100        |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом                 | 150        | Спагетти отварные с маслом                                    | 150        |
| Сыр порциями  | 20         | Сыр сливочный в индивидуальной упаковке                       | 17         |
| Масло сливочное порциями                            | 20         | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/20      |
| Хлеб пшеничный/ржаной                               | 30/20      | Чай с вишней  | 200        |
| Чай с сахаром                                       | 200        |   |            |
| ВТОРНИК   |            | ВТОРНИК   |            |
| Омлет с сыром                                       | 150        | Омлет с колбасными изделиями                                  | 150        |
| Фрукт (яблоко)                                      | 150        | Масло сливочное порциями                                      | 20         |
| Масло сливочное порциями                            | 20         | Фрукт (яблоко)  | 150        |
| Батон пшеничный/ржаной                              | 30/20      | Батон пшеничный/ржаной  | 30/20      |
| Какао с молоком                                     | 200        | Чай с сахаром   | 200        |
| СРЕДА   |            | СРЕДА   |            |
| Сырники из творога с ягодным соусом                 | 150/20     | Запеканка из творога с клубникой                              | 150        |
| Фрукт (слива)                                       | 100        | Фрукт (виноград)  | 100        |
| Батон пшеничный/ржаной                              | 30/20      | Батон пшеничный/ржаной  | 30/20      |
| Чай с сахаром и лимоном                             | 200        | Чай с лимоном и мятой   | 200        |
| ЧЕТВЕРГ   |            | ЧЕТВЕРГ   |            |
| Суп молочный с вермишелью                           | 200        | Огурцы порционные   | 60         |
| Конфитюр  | 20         | Сыр порциями  | 20         |
| Сыр порциями  | 20         | Рыба тушеная с овощами (минтай, лук, морковь, т/паста)        | 80/30      |
| Масло сливочное порциями                            | 20         | Картофель запеченный  | 150        |
| Батон пшеничный/ржаной                              | 30/20      | Хлеб пшеничный/ржаной   | 30/20      |
| Горячий шоколад                                     | 200        | Компот из клубники и алычи                                    | 200        |
| ПЯТНИЦА   |            | ПЯТНИЦА   |            |
| Помидоры порционные                                 | 60         | Каша пшеничная молочная с тыквой и маслом                     | 200/5      |
| Бигочек мясной Пионерский (говядина, курица)        | 80         | Фрукт (груша)   | 150        |
| Рис отварной с маслом                               | 150        | Масло сливочное порциями                                      | 20         |
| Хлеб пшеничный/ржаной                               | 30/20      | Батон пшеничный/ржаной  | 30/20      |
| Сок фруктовый (яблочный)                            | 200        | Какао с молоком   | 200        |