

Примерное 10-ти дневное меню
для обучающихся ГБОУ ЛО «Сосновоборская специальная школа» с учетом диетпитания *

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ				
1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
ЗАВТРАК				
Вермишель молочная * Вермишель отварная -2 п. (9Б, 4А)	Каша геркулесовая на молоке *Греча отварная -2 п. (9Б, 4А)	Омлет натуральный *Рис отварной – 1п. (9Б)	Запеканка из творога *Греча отварная – 2 п. (9Б, 4А)	Вермишель молочная *Вермишель отварная-2 п. (9Б, 4А)
Батон	Бутерброд с маслом *Батон – 1 п. (4А)	Бутерброд с сыром *Батон – 1 п. (4А)	Батон	Батон
Какао с молоком *Какао без молока 2 п. (9 Б, 4А)	Какао с молоком *Чай -2 п. (9Б, 4А)	Чай с сахаром	Чай с сахаром	Кофейный напиток *Кофейный напиток без молока – 2 п. (9Б, 4А)
Яблоко	Яблоко	Банан	Яблоко	Банан
ОБЕД				
Салат из свеклы с зелёным горошком	Салат из свёклы	Щи с квашеной капустой *Суп рисовый -1 п. (9Б)	Щи из свежей капусты с картофелем *Суп картофельный -1п (9Б)	Салат из солёных огурцов с луком
Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной *Суп свекольный на мясном бульоне без сметаны -2 п. (9Б, 4 А)	Уха Ростовская *Суп картофельный на мясном бульоне – 1 п. (6Б)	Птица тушеная	Гуляш из мяса	Суп картофельный с макаронными изделиями
Печенка по-строгановски	Рыба жареная *Мясо тушеное – 1 п (6Б)	Макароны отварные	Каша гречневая рассыпчатая	Мясо тушеное
Макаронные изделия отварные	Пюре картофельное	Компот из смеси сухофруктов	Компот из смеси сухофруктов	Макароны отварные
Компот из смеси сухофруктов	Компот из свежих плодов	Хлеб столовый	Хлеб столовый	Сок фруктовый *Чай -1 п. (7А)
Хлеб столовый	Хлеб столовый			Хлеб столовый

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ				
1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
ЗАВТРАК				
Каша гречневая молочная *Греча отварная -2п. (9Б,4 А)	Запеканка из творога *Рис отварной -2п. (9Б, 4А)	Каша рисовая молочная вязкая *Рис отварной -1п. (9Б, 4А)	Каша пшеничная молочная *Каша пшеничная на воде-2п. (9Б,4А)	Омлет натуральный *Греча отварная -2п. (9Б,4А)
Кофе на молоке *Кофе без молока – 2п. (9Б, 4А)	Чай с сахаром	Кофейный напиток *Кофейный напиток без молока -2 п. (9Б, 4А)	Какао с молоком *Какао без молока - 2п. (9Б, 4А)	Кофе на молоке *Чай - 2п. (9Б, 4А)
Бутерброд с сыром *Батон – 1 п. (4А)	Бутерброд с маслом *Батон – 1 п. (4А)	Бутерброд с сыром *Батон – 1 п. (4А)	Бутерброд с маслом *Батон – 1 п. (4А)	Батон
Яблоко	Яблоко	Яблоко	Яблоко	Банан
ОБЕД				
Огурец кусочком	Салат из свеклы	Салат из солёных огурцов с луком	Уха Ростовская *Суп картофельный на мясном бульоне – 1 п. (6Б)	Салат из солёных огурцов
Щи из свежей капусты с картофелем *Суп картофельный – 1п. (9Б)	Рассольник Петербургский	Суп картофельный	Рыба припущенная *Мясо тушеное – 1 п. (6Б)	Суп гороховый с мясом и картофелем *Суп рисовый – 1 п. (9Б)
Плов из птицы	Гуляш	Жаркое по-домашнему	Рис отварной	Капуста тушеная с мясом *Мясо тушеное с рисом – 1 п (9Б)
Компот из сухофруктов	Картофель отварной	Кисель из смеси сухофруктов *Чай -1 п. (9Б)	Компот из сухофруктов	Сок виноградный *Чай – 1п. (7А)
Хлеб столовый	Сок фруктовый *Чай – 1п. (7А)	Хлеб столовый	Хлеб столовый	Хлеб столовый
	Хлеб столовый			