|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов ДмитрийАлександрович |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **5-8класс(СанПин 2.3/2.4.3590-20) сезон Осень** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **1 день** | **2 день** | **3 день** | **4 день** | **5 день** | **6 день** | **7 день** |  |
|  | **Завтрак** |  |
|  | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 |  |
|  | Сыр(порция) 30 | Горошек зеленый(порция) 30 | Повидло(порция) 30 | Сыр(порция) 25 | Яйца вареные 40 | Сыр(порция) 30 | Повидло(порция) 30 |  |
|  | Каша пшенная молочнаяжидкая 285 | Кукурузаконсервированная(порция) 30 | Каша манная молочнаяжидкая 330 | Запеканка из творога сосгущенным молоком200/15 | Макаронные изделияотварные с сыром 200 | Сырники из творога ссиропом шоколадным260/15 | Каша молочнаяпшеничная жидкая 320 |  |
|  | Какао напиток смолоком 200 | Омлет натуральный 200 | Какао напиток смолоком 200 | Кофейный напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Кофейный напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 45 | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 50 | Батон пшеничный(порция) 90 | Батон пшеничный(порция) 60 | Батон пшеничный(порция) 15 | Батон пшеничный(порция) 80 |  |
|  | Банан(порция) 250 | Батон пшеничный(порция) 100 | Мандарин(порция) 100 |  | Вафли 60 |  | Слива(порция) 100 |  |
|  |  | Яблоки(порция) 100 |  |  | Арбуз(порция) 140 |  |  |  |
|  | **Обед** |  |
|  | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 |  |
|  | Салат из свеклы ссыром 155 | Салат из белокочаннойкапусты с морковью 120 | Сельдь с луком 85 | Салат из свежихпомидоров с перцем 150 | Салат из моркови сорехами 145 | Винегрет овощной 150 | Салат из сырых овощей220 |  |
|  | Рассольникленинградский 250/15 | Борщ с капустой икартофелем сосметаной 250/15 | Щи из свежей капусты скартофелем сосметаной 250/15 | Суп картофельный сбобовыми(горох) 250 | Свекольник 250 | Суп из овощей сфасолью 250 | Солянка из птицы250/13 |  |
|  | Котлеты рубленные изкуриного филеприпущенные 120 | Котлеты рубленые изговядины 100 | Зразы из говядины срисом паровые 100 | Картофельнаязапеканка с мясом 300 | Рулет из говядины слуком и яйцом 120 | Рыба, тушенная втомате с овощами 150 | Рагу из птицы 300 |  |
|  | Каша гречневаярассыпчатая с луком180 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Картофель жареный изотварного 180 | Соус томатный совощами 50 | Картофельное пюре250 | Рис припущенный 180 | Компот из смесисухофруктов 200 |  |
|  | Соус томатный 50 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из свежих ягод(брусника) 200 | Кисель из свежих ягод200 | Соус томатный 50 | Кукурузаконсервированная(порция) 55 | Батон пшеничный(порция) 45 |  |
|  | Компот из смесисухофруктов 200 | Батон пшеничный(порция) 25 | Батон пшеничный(порция) 60 | Батон пшеничный(порция) 45 | Горошек зеленый(порция) 30 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 55 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 65 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 90 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Компот из смесисухофруктов 200 | Батон пшеничный(порция) 40 | Банан(порция) 150 |  |
|  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 80 |  |  | Слива(порция) 100 | Батон пшеничный(порция) 35 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 90 |  |  |
|  |  |  |  |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Дыня(порция) 140 |  |  |

|  |
| --- |
| **Полдник** |
| Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 |
| Батон пшеничный(порция) 20 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 15 | Батон пшеничный(порция) 65 | Арбуз(порция) 140 | Батон пшеничный(порция) 25 | Батон пшеничный(порция) 15 |
| Слива(порция) 100 | Арбуз(порция) 280 | Дыня(порция) 260 | Банан(порция) 275 | Ватрушка из дрожжевоготеста с творогом 60 | Дыня(порция) 100 | Банан(порция) 150 |
| Булочка домашняя скорицей, грецкиморехом 95 | Пряники 50 | Шанежка с картофелем75 |  | Яблоки,фаршированныегрецким орехом 125 | Мандарин(порция) 80 | Булочка ванильная смаком 80 |
|  |  |  |  |  | Печенье 60 |  |
| **Ужин** |
| Салат из редиса согурцами и яйцом 150 | Салат из свежихпомидоров и огурцов150 | Салат из сырых овощей170 | Салат из свеклы 100 | Салат картофельный скукурузой и морковью150 | Салат из белокочаннойкапусты с яблоками 120 | Салат из свеклы ссыром 100 |
| Шницель рубленый изговядины 100 | Рыба, запеченная скартофелем по-русски350 | Рыба, запеченная сяйцом 150 | Шницель рубленый изфиле курыприпущенный 110 | Птица тушеная 120 | Жаркое по-домашнему ссердцем 280 | Котлеты рыбныепаровые 150 |
| Картофельное пюре250 | Чай с сахаром 200/8 | Картофель отварной вмолоке 180 | Картофель, запеченныйв молочном соусе 230 | Капуста тушеная 200 | Чай с сахаром 200/8 | Рагу овощное 200 |
| Чай с лимоном 200/10/7 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 55 | Горошек зеленый(порция) 50 | Чай с сахаром 200/8 | Чай с лимоном 200/10/7 | Батон пшеничный(порция) 80 | Чай с лимоном 200/10/7 |
| Батон пшеничный(порция) 25 |  | Чай с лимоном 200/10/7 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Батон пшеничный(порция) 45 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 30 | Батон пшеничный(порция) 45 |
| Хлеб ржано-пшеничный(порция) 40 |  | Батон пшеничный(порция) 15 |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 |
|  |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 30 |  |  |  |  |
| **Ужин 2** |
| Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 |
| Батон пшеничный(порция) 20 | Батон пшеничный(порция) 25 | Батон пшеничный(порция) 25 | Батон пшеничный(порция) 30 | Батон пшеничный(порция) 35 | Батон пшеничный(порция) 20 | Батон пшеничный(порция) 25 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов ДмитрийАлександрович |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **5-8класс(СанПин 2.3/2.4.3590-20) сезон Осень** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **8 день** | **9 день** | **10 день** | **11 день** | **12 день** | **13 день** | **14 день** |  |
|  | **Завтрак** |  |
|  | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 |  |
|  | Сыр(порция) 30 | Пудинг из творогапаровой со сметаной275/30 | Сыр(порция) 30 | Каша овсяная"Геркулес" жидкая 305 | Горошек зеленый(порция) 30 | Сыр(порция) 30 | Яйца вареные 40 |  |
|  | Каша пшенная молочнаяжидкая 295 | Какао напиток смолоком 200 | Каша молочнаяпшеничная жидкая 265 | Какао напиток смолоком 200 | Омлет натуральный 200 | Сырники из творога ссиропом шоколадным260/15 | Каша манная молочнаяжидкая 270 |  |
|  | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 40 | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 60 | Кофейный напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Кофейный напиток смолоком 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 55 |  | Батон пшеничный(порция) 20 |  | Батон пшеничный(порция) 130 | Батон пшеничный(порция) 70 | Батон пшеничный(порция) 55 |  |
|  | Яблоки(порция) 100 |  | Банан(порция) 290 |  | Мандарин(порция) 100 | Слива(порция) 100 | Яблоки(порция) 100 |  |
|  | **Обед** |  |
|  | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 |  |
|  | Салат из моркови ияблок, с курагой 190 | Салат из свежихпомидоров и огурцов150 | Салат из свежихпомидоров с перцем 150 | Сельдь с луком 85 | Салат зеленый согурцами и помидорами150 | Салат из белокочаннойкапусты с яблоками 205 | Салат из сырых овощей150 |  |
|  | Щи из свежей капусты скартофелем сосметаной 250/15 | Борщ с капустой икартофелем сосметаной 250/15 | Суп из овощей сфасолью 250 | Рассольник домашний250/15 | Суп картофельный сбобовыми(горох) 250 | Суп картофельный срыбой 250 | Солянка из птицы250/13 |  |
|  | Птица тушеная 120 | Макаронник с мясом280 | Плов из отварнойговядины 280 | Биточек из филе курыприпущенный 110 | Фрикадельки изговядины паровые 100 | Печень, тушенная всоусе 100/50 | Котлеты рыбныепаровые 150 |  |
|  | Каша гречневаярассыпчатая с луком180 | Компот из свежих ягод(брусника) 200 | Кукурузаконсервированная(порция) 40 | Картофель отварной слуком 200/30 | Картофельное пюре250 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Рагу овощное 200 |  |
|  | Компот из смесисухофруктов 200 | Батон пшеничный(порция) 15 | Кисель из свежих ягод200 | Компот из смесисухофруктов 200 | Соус томатный 50 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из смесисухофруктов 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 65 | Батон пшеничный(порция) 75 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 70 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Батон пшеничный(порция) 45 |  |
|  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 80 | Мандарин(порция) 100 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Яблоки(порция) 100 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 85 |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 95 |  |
|  |  |  |  |  | Дыня(порция) 300 |  |  |  |
|  | **Полдник** |  |
|  | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 60 | Батон пшеничный(порция) 45 | Батон пшеничный(порция) 85 | Булочка домашняя скорицей, грецкиморехом 85 | Батон пшеничный(порция) 40 | Арбуз(порция) 280 |
| Арбуз(порция) 280 | Дыня(порция) 260 | Слива(порция) 100 | Арбуз(порция) 280 |  | Банан(порция) 250 | Шанежка с картофелем75 |
| Ватрушка из дрожжевоготеста с творогом 90 | Пряники 60 | Ватрушка из дрожжевоготеста с повидлом 70 |  |  | Печенье 50 |  |
| **Ужин** |
| Салат из белокочаннойкапусты с морковью 150 | Салат из редиса согурцами и яйцом 150 | Салат картофельный скукурузой и морковью150 | Салат из свежихпомидоров и огурцов100 | Салат из моркови ияблок 100 | Винегрет овощной 150 | Салат из свеклы 100 |
| Рыба припущенная 150 | Рыба, запеченная вмолочном соусе 150 | Тефтели из говядиныпаровые 100 | Гуляш из отварногомяса 100 | Жаркое по-домашнему280 | Голубцы овощные смясом 280 | Рагу из птицы 300 |
| Картофель отварной слуком 200/30 | Картофельное пюре250 | Капуста тушеная 200 | Рагу из овощей 200 | Кукурузаконсервированная(порция) 50 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с сахаром 200/8 |
| Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с сахаром 200/8 | Чай с сахаром 200/8 | Чай с сахаром 200/8 | Батон пшеничный(порция) 50 | Батон пшеничный(порция) 20 |
| Хлеб ржано-пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 35 | Батон пшеничный(порция) 30 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 50 | Батон пшеничный(порция) 35 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 25 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 55 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 35 |  |  |
| **Ужин 2** |
| Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 | Кефир порционный 200 |
| Батон пшеничный(порция) 45 | Батон пшеничный(порция) 50 | Батон пшеничный(порция) 30 | Батон пшеничный(порция) 15 | Батон пшеничный(порция) 25 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 15 |

.