|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов ДмитрийАлександрович |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **5-8класс(СанПин 2.3/2.4.3590-20) сезон ЗИМА** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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 250 | Кукурузаконсервированная(порция) 30 | Каша манная молочнаяжидкая 250 | Запеканка из творога сосгущенным молоком200/15 | Макаронные изделияотварные с сыром 200 | Сырники из творога сповидлом 250 | Каша молочнаяпшеничная жидкая 250 |  |
|  | Какао напиток смолоком 200 | Омлет натуральный 200 | Какао напиток смолоком 200 | Кофейный напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Мандарин(порция)300ГР300 | Какао напиток смолоком 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 45 | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 50 | Батон пшеничный(порция) 90 | Батон пшеничный(порция) 60 | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 80 |  |
|  | Банан(порция) 250 | Батон пшеничный(порция) 100 | Мандарин(порция) 100 | Банан(порция)300гр 300 | ЯБЛОКО 200 | Батон пшеничный(порция) 15 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 250 |  |
|  |  | Яблоки(порция) 100 |  |  |  |  |  |  |
|  | **II Завтрак** |  |
|  | 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 |  |
|  | ЯБЛОКО 100 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 15 | Батон пшеничный(порция) 65 | Мандарин(порция)300ГР300 | Батон пшеничный(порция) 25 | Батон пшеничный(порция) 15 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 20 | Мандарин(порция)100гр300 | Банан(порция)300гр 300 | ЯБЛОКО 200 | Батон пшеничный(порция)100гр 100 | Банан(порция)300гр 300 | Банан(порция) 150 |  |
|  | **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 | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯС ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ 100 |  |
|  | Салат из свеклы ссыром 150 | Салат картофельный скукурузой и морковью100 | Салат картофельный срыбой 100 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 70 | САЛАТКАРТОФЕЛЬНЫЙ ССОЛЕНЫМИОГУРЦАМИ ИЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ100 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СОГУРЦАМИСОЛЕНЫМИ 100 | Масло сливочное(порция) 10 |  |
|  | Рассольникленинградский 250/15 | Борщ с капустой икартофелем сосметаной 250/15 | Щи из свежей капусты скартофелем сосметаной 250/15 | Огурец свежий (порция)70 | Свекольник 250 | Суп из овощей сфасолью 250 | Солянка из птицы250/13 |  |
|  | Курица в соусе стоматом 120 | Бефстроганов изотварной говядины120гр 120 | Гуляш из отварногомяса120гр 120 | Суп картофельный сбобовыми(горох) 250 | Мясо тушеное 100 | Рыба, тушенная втомате с овощами 120 | Рагу из птицы 300 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Каша гречневаярассыпчатая с луком180 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Рис отварной 200 | Картофельнаязапеканка с мясом 300 | Каша гречневаярассыпчатая слуком200гр 200 | Рис припущенный 180 | Компот из смесисухофруктов 200 |
| Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из свежих ягод(брусника) 200 | Соус томатный совощами 50 | Соус томатный 50 | Кукурузаконсервированная(порция) 55 | Батон пшеничный(порция) 45 |
| Батон пшеничный(порция) 55 | Батон пшеничный(порция) 25 | Батон пшеничный(порция) 60 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 |
| Хлеб ржано-пшеничный(порция) 80 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 65 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 90 | Батон пшеничный(порция) 45 | Батон пшеничный(порция) 35 | Батон пшеничный(порция) 40 | Банан(порция) 150 |
|  |  |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 90 |  |
| **Ужин** |
| САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100 | Салат из свежихпомидоров и огурцов150 | Винегрет овощной 100 | Салат картофельный сморковью и зеленымгорошком 100 | Салат картофельный скукурузой и морковью150 | САЛАТКАРТОФЕЛЬНЫЙ ССЕЛЬДЬЮ 100 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХПОМИДОРОВ, ЯБЛОК ИКОНСЕРВИРОВАННЫХОГУРЦОВ 100 |
| Шницель рубленый изговядины 100 | Рыба, запеченная скартофелем по-русски350 | Рыба, запеченная сяйцом 120 | Шницель рубленый изфиле курыприпущенный 110 | Птица тушеная 120 | Жаркое по-домашнему ссердцем 300 | Котлеты рыбныепаровые 120 |
| Картофельное пюре200 | Чай с сахаром 200/8 | Картофель отварной вмолоке 230 | КАША ПЕРЛОВАЯРАССЫПЧАТАЯ 200 | 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 | Соус сметанный 50 | 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 | Чай с сахаром 200/8 | 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) 60 |
|  |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 30 |  |  |  |  |
| **Ужин 2** |
| Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 25 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 30 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 20 | Кефир порционный 200 |
| Батон пшеничный(порция) 20 | Вафли 100гр 100 | Батон пшеничный(порция) 25 | Печенье50гр 50 | Батон пшеничный(порция) 35 | Ватрушка из дрожжевоготеста с повидлом 100гр100 | Батон пшеничный(порция) 25 |
| Печенье50гр 50 | Молоко кипяченое 200 | Пряники50гр 50 | Молоко кипяченое 200 | Вафли 50гр 50 | Молоко кипяченое 200 | Булочка домашняя скорицей, грецкиморехом100гр 60 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов ДмитрийАлександрович |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **5-8класс(СанПин 2.3/2.4.3590-20) сезон ЗИМА** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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 | Мандарин(порция)300ГР300 | Масло сливочное(порция) 10 |  |
|  | Сыр(порция) 30 | Пудинг из творогапаровой со сметаной250 | Сыр(порция) 30 | Каша овсяная"Геркулес" жидкая 250 | Горошек зеленый(порция) 30 | Масло сливочное(порция) 10 | Яйца вареные 40 |  |
|  | Каша пшенная молочнаяжидкая 250 | Какао напиток смолоком 200 | Каша молочнаяпшеничная жидкая 250 | Какао напиток смолоком 200 | Омлет натуральный 200 | Сыр(порция) 30 | Каша манная молочнаяжидкая 250 |  |
|  | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 40 | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 60 | Кофейный напиток смолоком 200 | Сырники из творога ссиропом шоколадным250 | Кофейный напиток смолоком 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 55 | Банан(порция)300гр 300 | Батон пшеничный(порция) 20 | Мандарин(порция)300ГР300 | Батон пшеничный(порция) 130 | Какао напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 55 |  |
|  | Яблоки(порция) 100 |  | Банан(порция) 290 |  | Мандарин(порция) 100 | Батон пшеничный(порция) 70 | Яблоки(порция) 100 |  |
|  | **II Завтрак** |  |
|  | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Батон пшеничный(порция) 45 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 60 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 250 | Батон пшеничный(порция) 85 | Банан(порция)300гр 300 | Батон пшеничный(порция) 40 | Шанежка с картофелем75 |  |
|  | Банан(порция)300гр 300 | Мандарин(порция)300ГР300 | Сок яблочный (упаковка200гр) 200 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 | Батон пшеничный(порция)100гр 100 | Банан(порция) 250 | Мандарин(порция)300ГР300 |  |
|  | **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 150 | Салат картофельный скукурузой и морковью100 | Винегрет овощной 100 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 70 | САЛАТКАРТОФЕЛЬНЫЙ ССОЛЕНЫМИОГУРЦАМИ ИЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ100 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СОГУРЦАМИСОЛЕНЫМИ 100 | САЛАТКАРТОФЕЛЬНЫЙ ССОЛЕНЫМИОГУРЦАМИ ИЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ100 |  |
|  | Щи из свежей капусты скартофелем сосметаной 250/15 | Борщ с капустой икартофелем сосметаной 250/15 | Суп из овощей сфасолью 250 | Огурец свежий (порция)70 | Суп картофельный сбобовыми(горох) 250 | Суп картофельный срыбой 250 | Солянка из птицы250/13 |  |
|  | Птица тушеная 120 | Бефстроганов изотварной говядины120гр 120 | Плов из отварнойговядины 350 | Рассольник домашний250/15 | Фрикадельки изговядины паровые 100 | Печень, тушенная всоусе 100/20 | Котлеты рыбныепаровые 120 |  |
|  | Каша гречневаярассыпчатая с луком180 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Кукурузаконсервированная(порция) 40 | Биточек из филе курыприпущенный 110 | Картофельное пюре230 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Рагу овощное 200 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из свежих ягод(брусника) 200 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Картофель отварной слуком 200/30 | Соус томатный 50 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из смесисухофруктов 200 |
| Батон пшеничный(порция) 60 | Батон пшеничный(порция) 15 | Батон пшеничный(порция) 75 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Батон пшеничный(порция) 45 |
| Хлеб ржано-пшеничный(порция) 80 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 65 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 70 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 85 |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 95 |
|  | Мандарин(порция) 100 |  | Яблоки(порция) 100 |  |  |  |
| **Ужин** |
| САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100 | Салат из свежихпомидоров и огурцов150 | САЛАТКАРТОФЕЛЬНЫЙ ССОЛЕНЫМИОГУРЦАМИ ИЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ100 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СОГУРЦАМИСОЛЕНЫМИ 150 | САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100 | Салат из свежихпомидоров и огурцов150 | Салат из свеклы 100 |
| Рыба припущенная 120 | Рыба, запеченная вмолочном соусе 120 | Тефтели из говядиныпаровые 100 | Гуляш из отварногомяса 100 | Жаркое по-домашнему300 | Голубцы овощные смясом 300 | Рагу из птицы 300 |
| Картофель отварной слуком 200/30 | Картофельное пюре230 | 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** |
| Батон пшеничный(порция) 45 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 30 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 25 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 15 |
| Пряники50гр 50 | Батон пшеничный(порция) 50 | Вафли 50гр 50 | Батон пшеничный(порция) 15 | Печенье50гр 50 | Батон пшеничный(порция) 40 | Булочка домашняя скорицей, грецкиморехом100гр 60 |
| Молоко кипяченое 200 | Печенье50гр 50 | Молоко кипяченое 200 | Пряники50гр 50 | Молоко кипяченое 200 | Ватрушка из дрожжевоготеста с повидлом 100гр100 | Молоко кипяченое 200 |

.