|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов ДмитрийАлександрович |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9-11класс(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) 40 | Кукурузаконсервиррованная(порция) 50 | Повидло(порция) 30 | Сыр(порция) 40 | Яйца вареные 40 | Сыр(порция) 40 | Повидло(порция) 30 |  |
|  | Каша пшенная молочнаяжидкая 250 | Омлет с зеленымгорошком 250 | Каша манная молочнаяжидкая 250 | Запеканка из творога сосгущенным молоком270/20 | Макаронные изделияотварные с сыром 280 | Сырники из творога ссиропом шоколадным275/15 | Каша молочнаяпшеничная жидкая 250 |  |
|  | Какао напиток смолоком 200 | Кофейный напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Кофейный напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Кофейный напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 75 | Батон пшеничный(порция) 90 | Батон пшеничный(порция) 75 | Батон пшеничный(порция) 55 | Батон пшеничный(порция) 50 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 95 |  |
|  | Банан(порция) 250 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 55 | Мандарин(порция) 100 | Банан(порция)300гр 300 | ЯБЛОКО 200 | Мандарин(порция)300ГР300 | 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 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 35 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 15 | Батон пшеничный(порция) 105 | Батон пшеничный(порция) 20 | Батон пшеничный(порция) 50 | Банан(порция) 150 |  |
|  | ЯБЛОКО 100 | Мандарин(порция)100гр300 | Банан(порция)300гр 300 | ЯБЛОКО 200 | Мандарин(порция)300ГР300 | 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 | Масло сливочное(порция) 10 |  |
|  | Салат из свеклы ссыром 150 | Салат картофельный скукурузой и морковью100 | Салат картофельный срыбой 150 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 70 | САЛАТКАРТОФЕЛЬНЫЙ ССОЛЕНЫМИОГУРЦАМИ ИЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ100 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СОГУРЦАМИСОЛЕНЫМИ 100 | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯС ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ 100 |  |
|  | Рассольникленинградский 300/20 | Борщ с капустой икартофелем сосметаной 300/25 | Щи из свежей капусты скартофелем сосметаной 300/25 | Огурец свежий (порция)70 | Свекольник 300 | Суп из овощей сфасолью 300 | Солянка из птицы300/25 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Курица в соусе стоматом 120 | Бефстроганов изотварной говядины120гр 120 | Гуляш из отварногомяса120гр 120 | Суп картофельный сбобовыми(горох) 300 | Мясо тушеное 120 | Рыба, тушенная втомате с овощами 150 | Рагу из птицы 350 |
| Каша гречневаярассыпчатая с луком250 | Макаронные изделияотварные с маслом 250 | Рис отварной 200 | Картофельнаязапеканка с мясом 355 | Соус томатный 50 | Рис припущенный 250 | Компот из смесисухофруктов 200 |
| Соус томатный 50 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из свежих ягод(брусника) 200 | Соус томатный совощами 50 | Компот из смесисухофруктов 200 | Кукурузаконсервированная(порция) 55 | Батон пшеничный(порция) 50 |
| Компот из смесисухофруктов 200 | Батон пшеничный(порция) 30 | Батон пшеничный(порция) 90 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Батон пшеничный(порция) 50 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 |
| Батон пшеничный(порция) 25 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 115 | Батон пшеничный(порция) 20 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Батон пшеничный(порция) 50 | Банан(порция) 150 |
| Хлеб ржано-пшеничный(порция) 120 |  |  | 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 120 | Рыба, запеченная скартофелем по-русски390 | Рыба, запеченная сяйцом 150 | Шницель рубленый изфиле курыприпущенный 150 | Птица тушеная 120 | Жаркое по-домашнему ссердцем 355 | Котлеты рыбныепаровые 150 |
| Картофельное пюре250 | Чай с сахаром 200/8 | Картофель отварной вмолоке 235 | КАША ПЕРЛОВАЯРАССЫПЧАТАЯ 200 | Капуста тушеная 200 | Чай с сахаром 200/8 | Рагу овощное 200 |
| Чай с лимоном 200/10/7 | Батон пшеничный(порция) 40 | Горошек зеленый(порция) 50 | Соус сметанный 50 | Чай с лимоном 200/10/7 | Батон пшеничный(порция) 70 | Чай с лимоном 200/10/7 |
| Батон пшеничный(порция) 35 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 35 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с сахаром 200/8 | Батон пшеничный(порция) 70 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 60 | Батон пшеничный(порция) 40 |
| Хлеб ржано-пшеничный(порция) 30 |  | Батон пшеничный(порция) 30 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 90 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 |
|  |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 35 |  |  |  |  |
| **Ужин 2** |
| Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 30 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 50 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 40 | Кефир порционный 200 |
| Батон пшеничный(порция) 35 | Молоко кипяченое 200 | Батон пшеничный(порция) 30 | Молоко кипяченое 200 | Батон пшеничный(порция) 45 | Молоко кипяченое 200 | Батон пшеничный(порция) 35 |
| Печенье50гр 50 | Вафли 100гр 100 | Пряники50гр 50 | Печенье50гр 50 | Вафли 100гр 100 | Ватрушка из дрожжевоготеста с повидлом 100гр100 | Булочка домашняя скорицей, грецкиморехом100гр 60 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов ДмитрийАлександрович |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9-11класс(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 | Масло сливочное(порция) 10 | Масло сливочное(порция) 10 |  |
|  | Сыр(порция) 40 | Пудинг из творогапаровой со сметаной280 | Сыр(порция) 40 | Каша овсяная"Геркулес" жидкая 250 | Кукурузаконсервированная(порция) 65 | Сыр(порция) 40 | Яйца вареные 40 |  |
|  | Каша пшенная молочнаяжидкая 250 | Какао напиток смолоком 200 | Каша молочнаяпшеничная жидкая 250 | Какао напиток смолоком 200 | Омлет с зеленымгорошком 250 | Сырники из творога ссиропом шоколадным275/15 | Каша манная молочнаяжидкая 250 |  |
|  | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 50 | Кофейный напиток смолоком 200 | Батон пшеничный(порция) 50 | Кофейный напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Кофейный напиток смолоком 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 55 | Банан(порция)300гр 300 | Батон пшеничный(порция) 45 | Мандарин(порция)300ГР300 | Батон пшеничный(порция) 70 | Батон пшеничный(порция) 95 | Батон пшеничный(порция) 80 |  |
|  | Яблоки(порция) 100 |  | Банан(порция) 290 |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 40 |  | Яблоки(порция) 100 |  |
|  |  |  |  |  | Мандарин(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 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 55 | Батон пшеничный(порция) 85 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 80 | Банан(порция)300гр 300 | Батон пшеничный(порция) 50 | Мандарин(порция)300ГР300 |  |
|  | Банан(порция)300гр 300 | Мандарин(порция)300ГР300 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 250 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 | Батон пшеничный(порция) 70 | Банан(порция) 250 | Шанежка с картофелем75 |  |
|  | **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 300/25 | Борщ с капустой икартофелем сосметаной 300/25 | Суп из овощей сфасолью 300 | Огурец свежий (порция)70 | Суп картофельный сбобовыми(горох) 300 | Суп картофельный срыбой 300 | Солянка из птицы300/25 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Птица тушеная 120 | Бефстроганов изотварной говядины120гр 120 | Плов из отварнойговядины 350 | Рассольник домашний300/20 | Фрикадельки изговядины паровые 120 | Печень, тушенная всоусе 100/50 | Котлеты рыбныепаровые 150 |
| Каша гречневаярассыпчатая с луком200 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Кукурузаконсервированная(порция) 50 | Биточек из филе курыприпущенный 150 | Картофельное пюре250 | Макаронные изделияотварные с маслом 250 | Рагу овощное 200 |
| Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из свежих ягод(брусника) 200 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Картофель отварной слуком 235/30 | Соус томатный 50 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из смесисухофруктов 200 |
| Батон пшеничный(порция) 65 | Батон пшеничный(порция) 35 | Батон пшеничный(порция) 75 | Компот из смесисухофруктов 200 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 75 |
| Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 105 |
|  | Мандарин(порция) 100 |  | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 65 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 90 |  |  |
|  |  |  | 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 150 | Рыба, запеченная вмолочном соусе 150 | Тефтели из говядиныпаровые 120 | Гуляш из отварногомяса 120 | Жаркое по-домашнему320 | Голубцы овощные смясом 350 | Рагу из птицы 320 |
| Картофель отварной слуком 235/30 | Картофельное пюре250 | Капуста тушеная 200 | Рагу из овощей 200 | Кукурузаконсервированная(порция) 35 | 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) 30 | Батон пшеничный(порция) 40 |
| Батон пшеничный(порция) 35 | Батон пшеничный(порция) 35 | Батон пшеничный(порция) 35 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 45 |
| Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 75 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 35 | Хлеб ржано-пшеничный(порция) 20 |  |  |
| **Ужин 2** |
| Батон пшеничный(порция) 40 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 40 | Кефир порционный 200 | Молоко кипяченое 200 | Кефир порционный 200 | Батон пшеничный(порция) 30 |
| Молоко кипяченое 200 | Батон пшеничный(порция) 45 | Молоко кипяченое 200 | Батон пшеничный(порция) 20 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 35 | Булочка домашняя скорицей, грецкиморехом100гр 60 |
| Пряники50гр 50 | Печенье50гр 50 | Вафли 100гр 100 | Пряники50гр 50 | Печенье50гр 50 | Ватрушка из дрожжевоготеста с повидлом 100гр100 | Молоко кипяченое 200 |

.