|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* | | | | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов Дмитрий Александрович | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **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 | | Кукуруза консервиррованная (порция) 50 | | Повидло(порция) 30 | | Сыр(порция) 40 | Яйца вареные 40 | Сыр(порция) 40 | | | Повидло(порция) 30 | |  |
|  | Каша пшенная молочная жидкая 250 | | Омлет с зеленым горошком 250 | | Каша манная молочная жидкая 250 | | Запеканка из творога со сгущенным молоком 270/20 | Макаронные изделия отварные с сыром 280 | Сырники из творога с сиропом шоколадным 275/15 | | | Каша молочная пшеничная жидкая 250 | |  |
|  | Какао напиток с молоком 200 | | Кофейный напиток с молоком 200 | | Какао напиток с молоком 200 | | Кофейный напиток с молоком 200 | Какао напиток с молоком 200 | Кофейный напиток с молоком 200 | | | Какао напиток с молоком 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)300ГР 300 | | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 250 | |  |
|  |  | | Яблоки(порция) 100 | |  | |  |  |  | | |  | |  |
|  | **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | | | Сок яблочный (упаковка 200гр) 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)100гр 300 | | Банан(порция)300гр 300 | | ЯБЛОКО 200 | Мандарин(порция)300ГР 300 | 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 с сыром 150 | | Салат картофельный с кукурузой и морковью 100 | | Салат картофельный с рыбой 150 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 70 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 100 | | | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100 | |  |
|  | Рассольник ленинградский 300/20 | | Борщ с капустой и картофелем со сметаной 300/25 | | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 300/25 | | Огурец свежий (порция) 70 | Свекольник 300 | Суп из овощей с фасолью 300 | | | Солянка из птицы 300/25 | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Курица в соусе с томатом 120 | Бефстроганов из отварной говядины 120гр 120 | Гуляш из отварного мяса120гр 120 | Суп картофельный с бобовыми(горох) 300 | Мясо тушеное 120 | Рыба, тушенная в томате с овощами 150 | Рагу из птицы 350 |
| Каша гречневая рассыпчатая с луком 250 | Макаронные изделия отварные с маслом 250 | Рис отварной 200 | Картофельная запеканка с мясом 355 | Соус томатный 50 | Рис припущенный 250 | Компот из смеси сухофруктов 200 |
| Соус томатный 50 | Компот из смеси сухофруктов 200 | Компот из свежих ягод (брусника) 200 | Соус томатный с овощами 50 | Компот из смеси сухофруктов 200 | Кукуруза консервированная (порция) 55 | Батон пшеничный (порция) 50 |
| Компот из смеси сухофруктов 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 СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100 | Салат из свежих помидоров и огурцов 150 | Винегрет овощной 100 | Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 100 | Салат картофельный с кукурузой и морковью 150 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ 100 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ, ЯБЛОК И КОНСЕРВИРОВАННЫХ ОГУРЦОВ 100 |
| Шницель рубленый из говядины 120 | Рыба, запеченная с картофелем по-русски 390 | Рыба, запеченная с яйцом 150 | Шницель рубленый из филе куры припущенный 150 | Птица тушеная 120 | Жаркое по-домашнему с сердцем 355 | Котлеты рыбные паровые 150 |
| Картофельное пюре 250 | Чай с сахаром 200/8 | Картофель отварной в молоке 235 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 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 дрожжевого теста с повидлом 100гр 100 | Булочка домашняя с корицей, грецким орехом100гр 60 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* | | | | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов Дмитрий Александрович | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **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 творога паровой со сметаной 280 | | Сыр(порция) 40 | | Каша овсяная "Геркулес" жидкая 250 | Кукуруза консервированная (порция) 65 | Сыр(порция) 40 | | | Яйца вареные 40 | |  |
|  | Каша пшенная молочная жидкая 250 | | Какао напиток с молоком 200 | | Каша молочная пшеничная жидкая 250 | | Какао напиток с молоком 200 | Омлет с зеленым горошком 250 | Сырники из творога с сиропом шоколадным 275/15 | | | Каша манная молочная жидкая 250 | |  |
|  | Кофейный напиток с молоком 200 | | Батон пшеничный (порция) 50 | | Кофейный напиток с молоком 200 | | Батон пшеничный (порция) 50 | Кофейный напиток с молоком 200 | Какао напиток с молоком 200 | | | Кофейный напиток с молоком 200 | |  |
|  | Батон пшеничный (порция) 55 | | Банан(порция)300гр 300 | | Батон пшеничный (порция) 45 | | Мандарин(порция)300ГР 300 | 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 (упаковка 200гр) 200 | | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | Сок яблочный (упаковка 200гр) 200 | | | Сок яблочный (упаковка 200гр) 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)300ГР 300 | |  |
|  | Банан(порция)300гр 300 | | Мандарин(порция)300ГР 300 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 250 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100 | Батон пшеничный (порция) 70 | Банан(порция) 250 | | | Шанежка с картофелем 75 | |  |
|  | **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 с сыром 150 | | Салат картофельный с кукурузой и морковью 100 | | Винегрет овощной 100 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 70 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 100 | | | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100 | |  |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 300/25 | | Борщ с капустой и картофелем со сметаной 300/25 | | Суп из овощей с фасолью 300 | | Огурец свежий (порция) 70 | Суп картофельный с бобовыми(горох) 300 | Суп картофельный с рыбой 300 | | | Солянка из птицы 300/25 | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Птица тушеная 120 | Бефстроганов из отварной говядины 120гр 120 | Плов из отварной говядины 350 | Рассольник домашний 300/20 | Фрикадельки из говядины паровые 120 | Печень, тушенная в соусе 100/50 | Котлеты рыбные паровые 150 |
| Каша гречневая рассыпчатая с луком 200 | Макаронные изделия отварные с маслом 200 | Кукуруза консервированная (порция) 50 | Биточек из филе куры припущенный 150 | Картофельное пюре 250 | Макаронные изделия отварные с маслом 250 | Рагу овощное 200 |
| Компот из смеси сухофруктов 200 | Компот из свежих ягод (брусника) 200 | Компот из свежих ягод (клюква) 200 | Картофель отварной с луком 235/30 | Соус томатный 50 | Компот из смеси сухофруктов 200 | Компот из смеси сухофруктов 200 |
| Батон пшеничный (порция) 65 | Батон пшеничный (порция) 35 | Батон пшеничный (порция) 75 | Компот из смеси сухофруктов 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 СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100 | Салат из свежих помидоров и огурцов 150 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 150 | САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100 | Салат из свежих помидоров и огурцов 150 | Салат из свеклы 100 |
| Рыба припущенная 150 | Рыба, запеченная в молочном соусе 150 | Тефтели из говядины паровые 120 | Гуляш из отварного мяса 120 | Жаркое по-домашнему 320 | Голубцы овощные с мясом 350 | Рагу из птицы 320 |
| Картофель отварной с луком 235/30 | Картофельное пюре 250 | Капуста тушеная 200 | Рагу из овощей 200 | Кукуруза консервированная (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 с корицей, грецким орехом100гр 60 |
| Пряники50гр 50 | Печенье50гр 50 | Вафли 100гр 100 | Пряники50гр 50 | Печенье50гр 50 | Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом 100гр 100 | Молоко кипяченое 200 |

.