|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* | | | |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов Дмитрий Александрович | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **9-11класс(СанПин 2.3/2.4.3590-20)** | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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 | Яйца вареные 40 | Масло сливочное (порция) 10 | | |  |
|  | Яйца вареные 40 | | Повидло(порция) 30 | | Сыр(порция) 30 | Яйца вареные 40 | Повидло(порция) 30 | Масло сливочное (порция) 10 | Сыр(порция) 30 | | |  |
|  | Каша пшенная молочная жидкая 250 | | Макаронные изделия отварные с сыром 250 | | Каша манная молочная жидкая 250 | Каша овсяная "Геркулес" жидкая 250 | Каша молочная пшеничная жидкая 250 | Пудинг из творога паровой со сметаной 250/20 | Омлет натуральный 250 | | |  |
|  | Чай с сахаром 200/8 | | Какао напиток с молоком 200 | | Какао напиток с молоком 200 | Чай с сахаром 200/8 | Какао напиток с молоком 200 | Какао напиток с молоком 200 | Какао напиток с молоком 200 | | |  |
|  | Батон пшеничный (порция) 40 | | Батон пшеничный (порция) 40 | | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | | |  |
|  | Груши(порция) 150 | | Мандарин(порция) 150 | | Яблоки(порция) 150 | Груши(порция) 150 | Мандарин(порция) 150 | Банан(порция) 150 | Мандарин(порция) 150 | | |  |
|  | **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) 40 | | Батон пшеничный (порция) 40 | | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | | |  |
|  | Яблоки(порция) 150 | | Банан(порция) 150 | | Мандарин(порция) 150 | Банан(порция) 150 | Груши(порция) 150 | Яблоки(порция) 150 | Яблоки(порция) 150 | | |  |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | |  |
|  | Салат Летний 100 | | Салат картофельный с кукурузой и морковью 100 | | Салат из редиса с огурцами и яйцом 100 | Огурец свежий (порция) 50 | Салат картофельный с огурцом,горошком и яйцом 100 | Салат из сырых овощей 100 | Салат картофельный с зелёным горошком 100 | | |  |
|  | Рассольник Ленинградский 300/20 | | Борщ с капустой и картофелем со сметаной 300/20 | | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 300/20 | Помидор свежий (порция) 50 | Свекольник 300 | Суп из овощей с фасолью 300 | Солянка из птицы 300/20 | | |  |
|  | Курица в соусе с томатом 120 | | Гуляш из отварного мяса 120 | | Суфле из отварной говядины 120 | Суп картофельный с бобовыми(горох) 300 | Мясо тушеное 120 | Рыба, тушенная в томате с овощами 120 | Рагу из птицы 320 | | |  |
|  | Каша гречневая рассыпчатая с луком 200 | | Рис припущенный 200 | | Макаронные изделия отварные с маслом 200 | Суфле из кур 120 | Каша гречневая рассыпчатая с луком 200 | Рис отварной 200 | Компот из смеси сухофруктов 200 | | |  |
|  | Соус томатный 50 | | Напиток из шиповника 200 | | Соус томатный с овощами 50 | Капуста тушеная 100 | Напиток из шиповника 200 | Кукуруза консервированная (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | | |  |
|  | Компот из смеси сухофруктов 200 | | Батон пшеничный (порция) 40 | | Компот из свежих ягод (клюква) 200 | Картофель отварной 100 | Батон пшеничный (порция) 40 | Кисель из свежих ягод 200 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Батон пшеничный (порция) 40 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Батон пшеничный (порция) 40 | Соус молочный 50 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Батон пшеничный (порция) 40 |  |
| Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Компот из смеси сухофруктов 200 |  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  |
|  |  |  | Батон пшеничный (порция) 40 |  |  |  |
|  |  |  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  |  |  |
| **Ужин** | | | | | | |
| 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 яйцом 100 | Салат Весна 100 | Винегрет овощной 100 | Салат из квашенной капусты 100 | Салат картофельный с кукурузой и морковью 100 | Салат из свежих огурцов с зеленым луком 100 | Салат из овощей 100 |
| Шницель рубленый из говядины 120 | Суфле рыбное 120 | Рыба, запеченная с яйцом 120 | Картофельная запеканка с мясом 320 | Птица тушеная 120 | Жаркое по-домашнему с сердцем 320 | Котлеты рыбные паровые 120 |
| Картофельное пюре 200 | Картофель жареный из отварного 200 | Суфле из картофеля 200 | Соус томатный с овощами 50 | Капуста тушеная 200 | Чай с лимоном 200/10/7 | Рагу овощное 200 |
| Чай с лимоном 200/10/7 | Соус польский 50 | Горошек зеленый (порция) 50 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с лимоном 200/10/7 | Батон пшеничный (порция) 40 | Чай с лимоном 200/10/7 |
| Батон пшеничный (порция) 40 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с лимоном 200/10/7 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Батон пшеничный (порция) 40 |
| Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  |  |  |  |
| **Ужин 2** | | | | | | |
| Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 |
| Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 |
| Печенье 50 | Вафли 50 | Пряники 50 | Печенье 50 | Вафли 50 | Творожники песочные 100 | Булочка домашняя с грецким орехом 100 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* | | | |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов Дмитрий Александрович | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **9-11класс(СанПин 2.3/2.4.3590-20)** | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **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 | | |  |
|  | Повидло(порция) 30 | | Сыр(порция) 30 | | Яйца вареные 40 | Молоко сгущенное (порция) 30 | Сыр(порция) 30 | Яйца вареные 40 | Сыр(порция) 30 | | |  |
|  | Каша пшенная молочная жидкая 250 | | Каша молочная пшеничная жидкая 250 | | Макаронные изделия отварные с сыром 250 | Каша овсяная "Геркулес" жидкая 250 | Каша манная молочная жидкая 250 | Пудинг из творога паровой со сметаной 250/20 | Омлет натуральный 250 | | |  |
|  | Чай с сахаром 200/8 | | Какао напиток с молоком 200 | | Какао напиток с молоком 200 | Чай с сахаром 200/8 | Какао напиток с молоком 200 | Какао напиток с молоком 200 | Какао напиток с молоком 200 | | |  |
|  | Батон пшеничный (порция) 40 | | Батон пшеничный (порция) 40 | | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | | |  |
|  | Груши(порция) 150 | | Мандарин(порция) 150 | | Яблоки(порция) 150 | Груши(порция) 150 | Мандарин(порция) 150 | Банан(порция) 150 | Мандарин(порция) 150 | | |  |
|  | **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) 40 | | Батон пшеничный (порция) 40 | | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | | |  |
|  | Яблоки(порция) 150 | | Банан(порция) 150 | | Мандарин(порция) 150 | Банан(порция) 150 | Груши(порция) 150 | Яблоки(порция) 150 | Яблоки(порция) 150 | | |  |
|  | **Обед** | | | | | | | | | | |  |
|  | Салат картофельный с консервированным огурцом и морковью 100 | | Салат картофельный с кукурузой и морковью 100 | | Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком 100 | Салат из овощей 100 | Салат зеленый с огурцами и помидорами 100 | Салат из свеклы с яйцом 100 | Салат картофельный с огурцом,горошком и яйцом 100 | | |  |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 300/20 | | Борщ с капустой и картофелем со сметаной 300/20 | | Солянка из птицы 300/20 | Рассольник домашний 300/20 | Суп рисовый с курой 300 | Суп картофельный с бобовыми(горох) 300 | Суп из овощей с фасолью 300 | | |  |
|  | Птица тушеная 120 | | Суфле из отварной говядины 120 | | Плов из отварной говядины 320 | Биточек из филе куры припущенный 120 | Фрикадельки из говядины паровые 120 | Печень,тушенная в соусе 120/50 | Котлеты рыбные паровые 120 | | |  |
|  | Каша гречневая рассыпчатая с луком 200 | | Макаронные изделия отварные с маслом 200 | | Кукуруза консервированная (порция) 40 | Рис отварной 200 | Картофельное пюре 200 | Макаронные изделия отварные с маслом 200 | Рагу овощное 200 | | |  |
|  | Напиток из шиповника 200 | | Соус томатный с овощами 50 | | Компот из смеси сухофруктов 200 | Соус молочный 50 | Соус томатный 50 | Кисель из свежих ягод 200 | Компот из свежих ягод (клюква) 200 | | |  |
|  | Батон пшеничный (порция) 40 | | Компот из свежих ягод (клюква) 200 | | Батон пшеничный (порция) 40 | Напиток из шиповника 200 | Компот из смеси сухофруктов 200 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Батон пшеничный (порция) 40 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |
|  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  |  |
| **Ужин** | | | | | | |
| 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 редиса с огурцами и яйцом 100 | Огурец свежий (порция) 50 | Салат картофельный с огурцом,горошком и яйцом 100 | Салат из свежих огурцов с зеленым луком 100 | Салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцами 100 | Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком 100 | Салат из свежих помидоров,яблок и консервированных огурцов 100 |
| Суфле рыбное 120 | Помидор свежий (порция) 50 | Фрикадельки из кур 120 | Гуляш из отварного мяса 120 | Шницель рубленый из филе куры припущенный 120 | Азу 320 | Рагу из птицы 320 |
| Картофель отварной с луком 200 | Рыба отварная 120 | Капуста тушеная 200 | Суфле из картофеля 200 | Каша гречневая рассыпчатая 200 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с лимоном 200/10/7 |
| Соус молочный 50 | Картофельное пюре 200 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с лимоном 200/10/7 | Кукуруза консервированная (порция) 50 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 |
| Чай с лимоном 200/10/7 | Соус польский(вариант 2) 50 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Соус молочный 50 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |
| Батон пшеничный (порция) 40 | Чай с лимоном 200/10/7 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Чай с лимоном 200/10/7 |  |  |
| Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 | Батон пшеничный (порция) 40 |  |  | Батон пшеничный (порция) 40 |  |  |
|  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  |  | Хлеб ржано-пшеничный (порция) 60 |  |  |
| **Ужин 2** | | | | | | |
| Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 | Кефир фруктовый порционный 200 |
| Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 | Батон пшеничный (порция) 40 |
| Вафли 50 | Пряники 50 | Печенье 50 | Вафли 50 | Пряники 50 | Творожники песочные 100 | Булочка домашняя с грецким орехом 100 |

.