|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов ДмитрийАлександрович |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **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 молочнаяжидкая 250 | Макаронные изделияотварные с сыром 250 | Каша манная молочнаяжидкая 250 | Каша овсяная"Геркулес" жидкая 250 | Каша молочнаяпшеничная жидкая 250 | Пудинг из творогапаровой со сметаной250/20 | Омлет натуральный 250 |  |
|  | Чай с сахаром 200/8 | Какао напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Чай с сахаром 200/8 | Какао напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 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 (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) 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 скукурузой и морковью100 | Салат из редиса согурцами и яйцом 100 | Огурец свежий (порция)50 | Салат картофельный согурцом,горошком ияйцом 100 | Салат из сырых овощей100 | Салат картофельный сзелёным горошком 100 |  |
|  | РассольникЛенинградский 300/20 | Борщ с капустой икартофелем сосметаной 300/20 | Щи из свежей капусты скартофелем сосметаной 300/20 | Помидор свежий(порция) 50 | Свекольник 300 | Суп из овощей сфасолью 300 | Солянка из птицы300/20 |  |
|  | Курица в соусе стоматом 120 | Гуляш из отварногомяса 120 | Суфле из отварнойговядины 120 | Суп картофельный сбобовыми(горох) 300 | Мясо тушеное 120 | Рыба, тушенная втомате с овощами 120 | Рагу из птицы 320 |  |
|  | Каша гречневаярассыпчатая с луком200 | Рис припущенный 200 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Суфле из кур 120 | Каша гречневаярассыпчатая с луком200 | Рис отварной 200 | Компот из смесисухофруктов 200 |  |
|  | Соус томатный 50 | Напиток из шиповника200 | Соус томатный совощами 50 | Капуста тушеная 100 | Напиток из шиповника200 | Кукурузаконсервированная(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 40 |  |
|  | Компот из смесисухофруктов 200 | Батон пшеничный(порция) 40 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Картофель отварной100 | Батон пшеничный(порция) 40 | Кисель из свежих ягод200 | 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 смесисухофруктов 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 сяйцом 100 | Салат Весна 100 | Винегрет овощной 100 | Салат из квашеннойкапусты 100 | Салат картофельный скукурузой и морковью100 | Салат из свежих огурцовс зеленым луком 100 | Салат из овощей 100 |
| Шницель рубленый изговядины 120 | Суфле рыбное 120 | Рыба, запеченная сяйцом 120 | Картофельнаязапеканка с мясом 320 | Птица тушеная 120 | Жаркое по-домашнему ссердцем 320 | Котлеты рыбныепаровые 120 |
| Картофельное пюре200 | Картофель жареный изотварного 200 | Суфле из картофеля200 | Соус томатный совощами 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 фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 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 песочные100 | Булочка домашняя сгрецким орехом 100 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ГБОУ РК "Карельский кадетский корпус им. А.Невского"* |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Директор |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Ефимов ДмитрийАлександрович |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **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 молочнаяжидкая 250 | Каша молочнаяпшеничная жидкая 250 | Макаронные изделияотварные с сыром 250 | Каша овсяная"Геркулес" жидкая 250 | Каша манная молочнаяжидкая 250 | Пудинг из творогапаровой со сметаной250/20 | Омлет натуральный 250 |  |
|  | Чай с сахаром 200/8 | Какао напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Чай с сахаром 200/8 | Какао напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 200 | Какао напиток смолоком 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 (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) 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 сконсервированнымогурцом и морковью 100 | Салат картофельный скукурузой и морковью100 | Салат из свежихпомидоров и огурцов сзеленым луком 100 | Салат из овощей 100 | Салат зеленый согурцами и помидорами100 | Салат из свеклы сяйцом 100 | Салат картофельный согурцом,горошком ияйцом 100 |  |
|  | Щи из свежей капусты скартофелем сосметаной 300/20 | Борщ с капустой икартофелем сосметаной 300/20 | Солянка из птицы300/20 | Рассольник домашний300/20 | Суп рисовый с курой 300 | Суп картофельный сбобовыми(горох) 300 | Суп из овощей сфасолью 300 |  |
|  | Птица тушеная 120 | Суфле из отварнойговядины 120 | Плов из отварнойговядины 320 | Биточек из филе курыприпущенный 120 | Фрикадельки изговядины паровые 120 | Печень,тушенная всоусе 120/50 | Котлеты рыбныепаровые 120 |  |
|  | Каша гречневаярассыпчатая с луком200 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Кукурузаконсервированная(порция) 40 | Рис отварной 200 | Картофельное пюре200 | Макаронные изделияотварные с маслом 200 | Рагу овощное 200 |  |
|  | Напиток из шиповника200 | Соус томатный совощами 50 | Компот из смесисухофруктов 200 | Соус молочный 50 | Соус томатный 50 | Кисель из свежих ягод200 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 |  |
|  | Батон пшеничный(порция) 40 | Компот из свежих ягод(клюква) 200 | Батон пшеничный(порция) 40 | Напиток из шиповника200 | Компот из смесисухофруктов 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 согурцами и яйцом 100 | Огурец свежий (порция)50 | Салат картофельный согурцом,горошком ияйцом 100 | Салат из свежих огурцовс зеленым луком 100 | Салат из белокачаннойкапусты с помидорами иогурцами 100 | Салат из свежихпомидоров и огурцов сзеленым луком 100 | Салат из свежихпомидоров,яблок иконсервированныхогурцов 100 |
| Суфле рыбное 120 | Помидор свежий(порция) 50 | Фрикадельки из кур 120 | Гуляш из отварногомяса 120 | Шницель рубленый изфиле курыприпущенный 120 | Азу 320 | Рагу из птицы 320 |
| Картофель отварной слуком 200 | Рыба отварная 120 | Капуста тушеная 200 | Суфле из картофеля200 | Каша гречневаярассыпчатая 200 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с лимоном 200/10/7 |
| Соус молочный 50 | Картофельное пюре200 | Чай с лимоном 200/10/7 | Чай с лимоном 200/10/7 | Кукурузаконсервированная(порция) 50 | Батон пшеничный(порция) 40 | Батон пшеничный(порция) 40 |
| Чай с лимоном 200/10/7 | Соус польский(вариант2) 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 фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 200 | Кефир фруктовыйпорционный 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 песочные100 | Булочка домашняя сгрецким орехом 100 |

.