

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Фабрика социального питания»
Д.С. Семикопенко



ПЕРСПЕКТИВНОЕ РАБОЧЕЕ МЕНЮ ДЛЯ ПРИШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ОТДЫХА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ Г. БЕЛГОРОДА И БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

г. Белгород 2020г.

Первая неделя				
Понедельник, день 1	Вторник, день 2	Среда, день 3	Четверг, день 4	Пятница, день 5
Завтрак				
Каша овсяная с яблоком (200 г)	Каша гречневая рассыпчатая (150 г)	Пюре картофельное с молоком (150 г)	Булочка слоеная с маком (60 г)	Бутерброд с маслом, сыром (10/20/20)
	Котлеты мясные (80 г)	Котлеты рыбные из минтая (80 г)	Заканка с повидлом (150/10 г)	Омлет натуральный (100/5 г)
		Помидор свежий 40		Каша молочная Дружба с сахаром (200 г)
Какао с молоком (200 г)	Чай с сахаром (200 г)	Чай с лимоном (200/7 г)	Чай с сахаром (200 г)	Чай с лимоном (200/7 г)
Бутерброд с маслом, сыром (10/20/20)	Бутерброд с маслом (10/20)	Бутерброд с маслом (10/20)		
Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Яйцо отварное (40 г)			
Обед				
Салат витаминный (60 г)	Винегрет овощной (60 г)	Огурец свежий (60 г)	Салат из огурцов и помидоров (60 г)	Помидор свежий 60
Суп картофельный с горохом и гречками (200/10 г)	Суп с макаронными изделиями (200 г)	Борщ с фасолью, сметаной (200/10)	Суп овощной (200 г)	Суп с картофельный с гречневой крупой (200 г)
Плов со свиной (50/150 г)	Жаркое по-домашнему (50/150 г)	Фрикадельки из говядины с соусом (80/30 г)	Нагетсы куриные (95 г)	Поджарка из свинины (50/15 г)
		Макароны отварные (150 г)	Рис припущенный (150 г)	Макароны отварные (150 г)
Сок розливной (200 г)	Компот из яблок (200 г)	Компот из сухофруктов (200 г)	Компот из фруктов и ягод 200	Напиток лимонный (200 г)
Мороженое 65(3.08.2020)	Фрукты (130 г)	Фрукты (100 г)	Фрукты (150 г)	Фрукты (100 г)
Фрукты 150(17.08.2020)	Булочка Улитка (200 г)	Кондитерское изделие Романтика (20 г)	Кондитерское изд. Вафли (40 г)	Сочник (90 г)
Слойка с вишней (70 г)	Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)
Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)
Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)
Полдник				
Оладьи с повидлом 100/15	Сырники с повидлом 100/15	Кекс с изюмом 60	Блинчики с начинкой 100	Вареники ленивые 150/10
Кефир 200	Чай с сахаром	Напиток кисло-молочный Снежок	Кефир 200	Чай с сахаром 200

Вторая неделя				
Понедельник, день 6	Вторник, день 7	Среда, день 8	Четверг, день 9	Пятница, день 10
Завтрак				
Каша манная молочная (200/5)	Булочка слоеная (60 г)	Каша рисовая молочная (150 г)	Котлеты «Нежные» (80 г)	Булочка Улитка (50 г)
Кекс с изюмом (40 г)	Запеканка с повидлом (150/10 г)	Сочни с творогом (90 г)	Омлет натуральный (100/5 г)	Вареники ленивые с соусом сметанным (150/10)
Какао с молоком (200 г)	Чай с сахаром (200 г)	Кофейный напиток (200 г)	Икра кабачковая (40 г)	Чай с лимоном (200/7 г)
Батон (50 г)		Батон (30 г)		
Кондитерское изделие Романтика (20 г)		Яйцо отварное (40 г)	Кондитерское изделие Вафли (40 г)	
Обед				
Салат витаминный (60 г)	Огурец свежий (60 г)	Помидор свежий (60 г)	Салат из огурцов и помидоров (60 г)	Салат из капусты 60
Суп картофельный с горохом (200 г)	Щи с пылками (200/30/10 г)	Борщ с фасолью, сметаной (200/10 г)	Суп фрикадельками (200 г)	Суп с картофельный с гречневой крупой (200 г)
Цыпленка тушеные (бездр н/к) (80/30)	Тфтели мясные 80/30	Минтай под маринадом 80	Плов из птицы (50/150 г)	Поджарка из свинины (50/15 г)
Каша гречневая (150 г)	Макаронь отварные (150 г)	Пюре картофельное (150 г)	Сок розливной (200 г)	Макаронь отварные (150 г)
Чай с лимоном (200 г)	Компот из сухофруктов (200 г)	Компот из плодов (200 г)	Фрукты (150 г)	Напиток лимонный (200 г)
Фрукты (100 г)	Фрукты (130 г)	Фрукты (100 г)		Фрукты (100 г)
Булочка Ромашка (50 г)	Кондитерское изделие Романтика (20 г)	Кондитерское изделие Печенье (40 г)		Сочник (90 г)
Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)	Хлеб пшеничный (20 г)
Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)	Хлеб ржано-пшеничный (30 г)
Полдник				
Макаронь с сыром 150/15	Оладьи с повидлом 100/15	Сырники с повидлом 100/15	Блинчики с начинкой 100	Кекс с изюмом 60
Сок разливной 200		Чай с сахаром 200	Напиток кисло-молочный Снежок 200	Компот из ягод 200