



Согласовано:
Директор школы



Утверждено:
Директор ИП АРРЕТИТ

Кашитов. А

2х недельное перспективное меню на летний -осенний период

№	Завтрак	Завтрак II	Обед	Полдник	Ужин
1- день	1.Каша манная молочная 2.Чай с лимоном 3.Батон 4.Масло сливочное	Фрукты	1.Борщ на к/б со сметаной 2.Плов мясной курица 3. Кисель 4.Морковь по-корейски (морковь, чеснок) 5. хлеб пшеничный ржаной	1.Молоко кипяченное 2.Пирожок с морковью.	1.Макароны с маслом 2. Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный
2 день	1.Омлет 2.Чай черный 3.Батон 4.Масло сливочное	Сок фруктовый	1.Рассольник на к/б 2.Котлеты с гречневый гарниром 3.Компот из сухофруктов 4.Салат витаминный(капуста, морковь,чеснок) 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	1.Чай с молоком 2.Печенье кондитерские	1.Ватрушка с творогом 3. Чай сладкий
3ден ь	1.Каша пшеничная молочная 2.Чай сладкий с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	Фрукты	1.Суп лапша домашняя на к/б 2. Азу по татарский 3.Компот из сухофруктов 4.Салат (свекла,морковь,чеснок) 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	1.Кисель 2.Булочка простая	1.Суп с зеленым горошком и рубленым яйцом 2.Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный
4ден ь	1.Каша ячневая молочная 2.чай с лимонном 3.Батон 4.Сыр	Сок фруктовый	1.Суп гречневый на к/б 2.Котлеты рыбные гарнир макароны 3.Компот из сухофруктов 4.Салат витаминный 5.Хлеб пшеничный,ржанной	1.Кисломолоч ный продукт с живыми бактериями	1.Булочки с повидлом 2.Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный
5 день	1.Каша кукурузная молочная 2.чай с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	Фрукты	1.Свекольник на к/б со сметанной 2.Тефтели гарнир мочорны 3.Компот из сухофруктов 4.Салат Фантазия(капуста,помидоры,з елень) 5.Хлеб пшеничный.ржанной	1.Напиток из шиповника 2.Песочная полоска	1.Гречневая каша с маслом 2.Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный

№	Завтрак	Завтрак II	Обед	Полдник	Ужин
1- день	1.Каша пшеничная молочная 2.Чай с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	Фрукты	1.Щи на к/б со сметаной 2.Гуляш мясной курица макароны отварные Компот 4.Салат овощной свекла чеснок 5. хлеб пшеничный ржаной	1.Кисель 2. Печенье	1.Картофельно- морквяное пюре 2. Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный с повидлом
2 день	1.Каша из 4 злаков молочная 2.Чай с лимоном 3.Батон 4.Масло сливочное	Сок фруктовый	1.Суп гороховый на к/б 2.Голубцы ленивые 3.Компот со свежих яблок 4.Салат витаминный 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	1.Кисломолочный продукт с живыми бактериями	1.Ленивые вареники с творогом 2.Чай с молоком
3день	1.Каша "Дружба" молочная 2.Чай с молоком 3.Батон 4.Сыр	Фрукты	1.Суп сборный на к/б 2.Котлеты мясные картофельное пюре 3.Компот из сухофруктов 4.Салат мазайка 5.Хлеб пшеничный, ржаной.	1.Лимонный напиток 2.Шанешка сибирская	1.Гречка припущенная с овощами 2.Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный
4день	1.Каша геркулесовая молочная 2.Кофейный напиток 3.Батон 4.Масло сливочное	Сок фруктовый	1.Лаваш домашняя на к/б 2.Котлеты рыбные с гречневый гарниром 3.Напиток Денсаулык 4.Салат витаминный(капуста, морковь,чеснок) 5.Хлеб пшеничный,ржанной	1.Булочка с изюмом 2. Кисель	1.Суп картофельный 2.Чай сладкий 3.Хлеб пшеничный
5 день	1.Каша из 2 злаков молочная 2.Чай с молоком 3.Батон 4.Масло сливочное	Фрукты	1.Суп фасолевый на к/б со сметаной 2.Овощное рагу 3.Компот из сухофруктов 4.Салат нарезка (огурцы,помидоры) 5.Хлеб пшеничный,ржанной	1.Сок 2.Печенье	1.Булочки с повидлом 2.Чай с лимоном