

ОГБОУ «Центр образования для детей с особыми образовательными потребностями г. Смоленск»
10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ, СТАРШИЕ ШКОЛЬНИКИ, СЕЗОН осенне–зимний

1 ДЕНЬ ПН	2 ДЕНЬ ВТ	3 ДЕНЬ СР	4 ДЕНЬ ЧТ	5 ДЕНЬ ПТ
ЗАВТРАК				
Макароны отварные сыром – 200 Хлеб ржаной – 30 Бутерброд с маслом – 60 Чай с сахаром и лимоном – 200	Каша рисовая молочная вязкая с маслом, сахаром – 200/10 Яйцо вареное – 1 шт. (40гр.) Хлеб ржаной – 30 Батон – 50 Кофейный напиток с молоком – 200	Пудинг из творога – 200 Хлеб ржаной – 30 Бутерброд с сыром – 40 Чай с молоком – 200	Омлет натуральный – 115 Кукуруза консервированная со сливочным маслом – 100 Хлеб ржаной – 30 Батон – 50 Какао с молоком – 200	Запеканка творожно–яблочная – 200 Хлеб ржаной – 30 Бутерброд со сливочным маслом – 60 Кофейный напиток с молоком – 200
ОБЕД				
Салат из моркови с яблоками – 100 Суп картофельный с бобовыми, с гречками – 300/42 Плов из отварной говядины – 250 Компот из смеси сухофруктов – 200 Хлеб ржаной – 60	Винегрет овощной с сельдью– 75/25 Суп крестьянский с крупой – 300 Птица, тушенная в молочном соусе – 125 Картофельное пюре с морковью – 200 Компот из кураги – 200 Хлеб ржаной – 60 Батон – 40	Борщ с капустой и картофелем со сметаной – 300/10 Котлета рыбная любительская – 100 Макароны отварные с маслом – 180/5 Горошек зеленый отварной – 100 Напиток лимонный – 200 Хлеб ржаной – 60 Батон – 40	Суп молочный с рисовой крупой – 300 Оладьи из печени – 100 Каша гречневая с маслом – 180/5 Огурец свежий – 100 Компот из изюма – 200 Хлеб ржаной – 60 Батон – 40	Щи из свежей капусты со сметаной – 300/10 Птица, тушенная в сливочном соусе – 100 Картофель отварной – 180 Томаты консервированные – 100 Сок абрикосовый – 200 Хлеб ржаной – 60 Батон – 50
ПОЛДНИК				
Булочка «Веснушка» – 65 Сок персиковый – 200 Фрукты (яблоко) – 1 шт. (100 гр.)	Бутерброд горячий с сыром – 50 Сок овощной томатный – 200 Фрукты (мандарин) – 2 шт. (110 гр.)	Пряники – 50 Молоко кипяченое – 200 Фрукты (банан) – 1 шт. (100 гр.)	Пирожки печеные с капустой – 60 Сок вишневый – 200 Фрукты (апельсин) – 1 шт. (100 гр.)	Зефир – 40 Кефир – 200 Фрукты (груша) – 1 шт. (100 гр.)
УЖИН				
Рыба, запеченная в молочном соусе с сыром – 100 Картофельное пюре – 200 Огурец свежий – 100 Хлеб ржаной – 30 Какао с молоком – 200 Батон – 50	Бефстроганов из отварной говядины – 100 Каша гречневая с маслом – 180/5 Хлеб ржаной – 30 Компот из свежих яблок – 200 Батон – 50	Голубцы ленивые со сметанным соусом – 250 Хлеб ржаной – 30 Сок яблочный – 200 Батон – 50	Свекла отварная с растительным маслом – 100 Котлеты рыбные любительские – 100 Картофельное пюре – 200 Хлеб ржаной – 30 Чай с лимоном – 200 Батон – 50	Салат степной из разных овощей – 100 Рыба под омлетом – 250 Хлеб ржаной – 20 Компот из смеси сухофруктов – 200 Батон – 50
2 УЖИН				
Батон – 50 Кефир – 180	Батон – 50 Йогурт – 180	Батон – 40 Ряженка – 180	Батон – 50 Йогурт – 180	–

6 ДЕНЬ ПН	7 ДЕНЬ ВТ	8 ДЕНЬ СР	9 ДЕНЬ ЧТ	10 ДЕНЬ ПТ
ЗАВТРАК				
Омлет с сыром – 125 Салат из свеклы с зеленым горошком – 100 Хлеб ржаной – 20 Батон – 30 Чай с лимоном – 200	Каша пшеничная молочная с маслом – 200/10 Хлеб ржаной – 20 Батон – 30 Кофейный напиток с молоком – 200 Фрукты (яблоко) – 1 шт. (100 гр.)	Суфле творожное – 150 Хлеб ржаной – 20 Бутерброд с маслом – 60 Чай с молоком – 200	Каша молочная «Дружба» – 200/10 Хлеб ржаной – 20 Бутерброд с сыром – 45 какао с молоком – 200	Сырники с морковью – 170 Хлеб ржаной – 20 Бутерброд с джемом – 60 Кофейный напиток с молоком – 200
ОБЕД				
Уха рыбацкая – 250 Мясо тушеное – 80 Каша гречневая вязкая с маслом – 160/5 Огурцы консервированные – 60 Компот из изюма – 200 Хлеб ржаной – 40 Батон – 30	Винегрет овощной – 100 Суп картофельный с перловой крупой – 250 Запеканка картофельная с мясом, с молочным соусом – 230 Компот из кураги – 200 Хлеб ржаной – 40 Батон – 30	Салат «Школьные годы» – 100 Рассольник ленинградский со сметаной – 250/10 Гуляш из говядины – 80 Макаронные отварные с маслом – 150 Напиток апельсиновый – 200 Хлеб ржаной – 40 Батон – 40	Суп молочный с макаронными изделиями – 250 Биточки из кур – 100 Пюре картофельное – 200 Компот из смеси сухофруктов – 200 Хлеб ржаной – 40 Батон – 40	Борщ сибирский со сметаной – 250/10 Шницель рыбный натуральный – 80 Рагу из овощей – 200 Помидор свежий – 100 Компот из свежих груш – 200 Хлеб ржаной – 40 Батон – 40
ПОЛДНИК				
Булочка домашняя с изюмом – 50 Молоко кипяченое – 200 Фрукты (яблоко) – 1 шт. (100 гр.)	Печенье – 30 Сок виноградный – 200 Фрукты (мандарин) – 2 шт. (110 гр.)	Бутерброд горячий с сыром – 40 Сок овощной томатный – 200 Фрукты (груша) – 1 шт. (100 гр.)	Пирожки печёные с картошкой – 50 Сок яблочный – 200 Фрукты (апельсин) – 1 шт. (100 гр.)	Шарлотка с яблоками – 80 Сок мандариновый – 200 Фрукты (банан) – 1 шт. (100 гр.)
УЖИН				
Тефтели из говядины с рисом в сметанном соусе – 80/40 Капуста тушеная – 200 Хлеб ржаной – 20 Сок персиковый – 200 Батон – 40	Салат из капусты, моркови и яблок – 60 плов из отварной птицы – 220 Хлеб ржаной – 20 Компот из свежих груш – 200 Батон – 40	Зразы рыбные рубленые – 80 Картофель отварной – 150 Хлеб ржаной – 20 Чай с сахаром – 200 Батон – 30	Биточки по-белорусски – 100 Морковь, тушеная в сметанном соусе – 200 Хлеб ржаной – 20 Чай с лимоном – 200 Батон – 40	Птица, тушеная в молочном соусе – 100 Рис, припущенный со сливочным маслом – 180 Хлеб ржаной – 20 Компот из чернослива – 200 Батон – 30
2 УЖИН				
Батон – 30 Кефир – 180	Батон – 30 Йогурт – 180	Батон – 30 Ряженка – 180	Батон – 30 Йогурт – 180	–