

**Примерное циклическое меню для организации горячего питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных учреждениях города Калуги с 1 сентября 2020 года (за родительскую плату)**

Вид питания	Блюдо	Выход
<b>1 неделя</b>		
Завтрак Понедельник		
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	205гр.
	Морковь, тушенная с черносливом	60гр.
	Бутерброд с маслом сливочным 30/10гр.	40гр.
Обед		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200гр.
	Плов из птицы 50/150гр.	200гр.
	Огурцы соленые	20гр.
	Компот из сухофруктов	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Вторник		
	Сеченики "Детские"	50гр.
	Омлет натуральный с маслом 105/5гр.	110гр.
	Чай с сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
Обед		
	Суп картофельный с горохом	200гр.
	Тефтели из говядины 60/50 гр.	110гр.
	Макароны отварные с маслом	150гр.
	Салат из припущенной капусты с морковью	60гр.
	Чай с лимоном	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак среда		
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	85гр.
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	205гр.
	Кисель плодо-ягодный	200гр.
Обед		
	Щи из свежей капусты	200гр.

Вид питания	Блюдо	Выход
<b>3 неделя</b>		
Завтрак Понедельник		
	Запеканка рисовая с яблоками	75гр.
	Каша манная молочная с маслом 200/5гр.	205гр.
	Бутерброд с колбасой 20/30гр.	50гр.
	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
Обед		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200гр.
	Тефтели из птицы с соусом 60/50гр.	110гр.
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150гр.
	Огурцы соленые	20гр.
	Компот из изюма	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Вторник		
	Сеченики "Детские"	50гр.
	Омлет натуральный с морковью 105/5гр.	110гр.
	Чай с сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
Обед		
	Суп овощной на курином бульоне	200гр.
	Тефтели из говядины 60/50гр.	110гр.
	Макароны отварные с маслом сливочным	150гр.
	Сок фруктовый	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Среда		
	Суп молочный с макаронными изделиями	205гр.
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	85гр.
	Кисель плодо-ягодный	200гр.
Обед		
	Суп с рыбными консервами	200гр.

	Биточки рыбные	50гр.
	Рис отварной с маслом сливочным 150/5гр.	155гр.
	Фрукты свежие по сезону	
	Компот из сухофруктов	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Четверг		
	Котлеты рублены из птицы	50гр.
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150гр.
	Свекла, тушенная с яблоком в сметанном соусе	60гр.
	Чай с лимоном и сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
Обед		
	Суп овощной на курином бульоне	200гр.
	Котлеты из говядины	50гр.
	Макароны отварные с маслом	150гр.
	Салат из отварной свеклы с изюмом	60гр.
	Компот из свежих яблок с лимоном	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Пятница		
	Каша манная молочная с маслом 200/5гр.	205гр.
	Сосиска в запеченая тесте 50/50гр.	100гр.
	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
Обед		
	Печень по-строгоновски 50/50гр.	100гр.
	Суп картофельный с рисом	200гр.
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150гр.
	Зеленый горошек	20гр.
	Компот из сухофруктов	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Суббота		
	Яйцо вареное	40гр.
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	205гр.
	Морковь, тушенная с яблоком	60гр.

	Биточки из говядины	50гр.
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150гр.
	Салат Степной	60гр.
	Компот из свежих яблок с лимоном	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Четверг		
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	205гр.
	Пицца школьная	100гр.
	Чай с сахаром	200гр.
Обед		
	Борщ с капустой и картофелем	200гр.
	Гуляш из мякоти птицы с соусом 50/50гр.	100гр.
	Макароны отварные с маслом сливочным	150гр.
	Чай с сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Пятница		
	Макароны запеченные с сыром и маслом 150/15/5гр.	170гр.
	Блины фаршированные	60гр.
	Чай с лимоном и сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
Обед		
	Суп картофельный	200гр.
	Солянка детская	200гр.
	Фрукты свежие по сезону	
	Компот из сухофруктов	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Суббота		
	Драчена с мясopодуктами	50гр.
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	205гр.
	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
Обед		
	Шницель рыбный	50гр.
	Суп картофельный с перловкой	200гр.

	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
<b>Обед</b>		
	Борщ с капустой и картофелем	200гр.
	Шницель рыбный	50гр.
	Рис отварной с маслом сливочным	155гр.
	Фрукты свежие по сезону	
	Чай с сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
<b>2 неделя</b>		
<b>Завтрак Понедельник</b>		
	Каша пшеничная молочная с маслом 200/5гр	205гр.
	Блины фаршированные	60гр.
	Бутерброд с сыром 30/20гр.	50гр.
	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
<b>Обед</b>		
	Щи из сежий капусты с картофелем	200гр.
	Шницель куриный	50гр.
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150гр.
	Огурцы соленые	20гр.
	Сок фруктовый	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
<b>Завтрак Вторник</b>		
	Котлеты рублены из птицы	50гр.
	Рис отварной с маслом сливочным 150/5гр.	155гр.
	Морковь, тушенная с зеленым горошком в молочном	60гр.
	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
<b>Обед</b>		
	Суп картофельный с горохом	200гр.
	Биточки из говядины	50гр.
	Макароны с маслом сливочным	150гр.
	Салат из секлы с маслом растительным	60гр.
	Компот из изюма	200гр.

	Рис отварной с маслом сливочным 150/5 гр.	155гр.
	Салат из отварной свеклы с сыром	60гр.
	Сок фруктовый	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
<b>4 неделя</b>		
<b>Завтрак Понедельник</b>		
	Каша пшеничная молочная с маслом 200/5гр	205гр.
	Морковь, тушенная с черносливом	60гр.
	Бутерброд с маслом сливочным 30/10гр.	40гр.
	Чай с сахаром	20гр.
<b>Обед</b>		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200гр.
	Котлеты рублены из птицы	50гр.
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150гр.
	Фрукты свежие по сезону	
	Компот из сухофруктов	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
<b>Завтрак Вторник</b>		
	Каша "Боярская"	120гр.
	Бутерброд с сосиской отварной 30/30гр.	60гр.
	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
<b>Обед</b>		
	Суп картофельный с горохом	200гр.
	Котлеты из говядины с соусом 50/50гр	100гр.
	Макароны отварные с маслом сливочным	150гр.
	Салат Степной	60гр.
	Компот из изюма	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
<b>Завтрак Среда</b>		
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	205гр.
	Пудинг из творога(запеченный) с молоком	85гр.
	Кисель плодо-ягодный	200гр.
<b>Обед</b>		
	Борщ с капустой и картофелем	200гр.

	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Среда		
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	205гр.
	Пудинг из творога(запеченный) с повидлом	85гр.
	Кисель плодо-ягодный	200гр.
Обед		
	Суп крестьянский с крупой	200гр.
	Тефтели из птицы с соусом 60/50гр.	110гр.
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150гр.
	Фрукты свежие по сезону	
	Чай с сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Четверг		
	Котлета мясная запеченная в тесте	100гр.
	Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным 200/5гр.	205гр.
	Чай с сахаром	200гр.
Обед		
	Борщ с капустой и картофелем	200гр.
	Тефтели из говядины 60/50гр.	110гр.
	Макароны отварные с маслом сливочным	150гр.
	Сок фруктовый	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Пятница		
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	205гр.
	Пицца школьная	100гр.
	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
Обед		
	Рассольник Ленинградский	200гр.
	Котлеты рублены из птицы	50гр.
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150гр.
	Сатал из припущенной капусты с зеленым горошком	60гр.
	Компот из свежих яблок с лимоном	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.

	Биточки морские	50гр.
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150гр.
	Фрукты свежие по сезону	
	Чай с сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Четверг		
	Котлета мясная запеченная в тесте	100гр.
	Суп молочный с крупой	205гр.
	Чай с сахаром	200гр.
Обед		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200гр.
	Голубцы ленивые с соусом 108/50гр	158гр.
	Салат из свеклы с огурцами солеными	60гр.
	Компот из апельсинов и яблок	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Пятница		
	Каша манная молочная с маслом 200/5гр.	205гр.
	Яйцо вареное	40гр.
	Горячий бутерброд с колбасой и сыром 50/30/10гр.	90гр.
	Чай с сахаром	200гр.
Обед		
	Суп крестьянский с крупой	200гр.
	Печень по строгоновски 50/50гр.	100гр.
	Макароны отварные с маслом сливочным	150гр.
	Сок фруктовый	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.
Завтрак Суббота		
	Шницель рыбный	50гр.
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150гр.
	Морковь, тушенная с зеленым горошком в молочном	60гр.
	Кофейный напиток на молоке 200гр.	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
Обед		
	Суп картофельный с горохом	200гр.

Завтрак Суббота		
	Котлеты рыбные	50гр.
	Пюре картофельное с маслом сливочным	150гр.
	Свекла, тушенная с яблоком в сметанном соусе	60гр.
	Чай с лимоном и сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
Обед		
	Суп картофельный с горохом	200гр.
	Сосиска отварная	50гр.
	Капуста тушенная	150гр.
	Фрукты свежие по сезону	
	Чай с сахаром	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.

	Котлеты рублены из птицы	50гр.
	Рис отварной с маслом сливочным 150/5 гр.	155гр.
	Салат из припущенной капусты с зеленым горошком	60гр.
	Компот из свежих яблок и лимона	200гр.
	Хлеб пшеничный	30гр.
	Хлеб ржаной йодированный	30гр.