

Перспективное меню на пришкольный лагерь по Шидертинской ОШ 2023 год
2 недели

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Завтрак	завтрак	Завтрак	Завтрак
Рисовая молочная	Каша ячневая молочная	Каша кукурузная молочная	Каша манная молочная	Яйцо отварное
Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом
Чай с молоком	Чай с молоком	Чай с молоком	Чай с молоком	Чай с молоком
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Суп гороховый	Лапша домашняя	Рассольник	Суп свекольный	Суп крестьянский
Рагу овощное	Рыба тушенная в соусе	Гуляш	Плов с курицей	Жаркое по домашнему
Кисель	Гречка	Отварные макароны	Хлеб	Хлеб
Хлеб	Салат свекольный зеленым горошком	Салат «радуга»	Чай сладкий	Компот
Нарезка из св.огурцов и помидоров	Хлеб	Кисель	Салат морковный	Нарезка из св.огурцов
Слива, абрикос	Компот	хлеб	Яблоко	
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Сок яблочный	Какао	Компот	Сок яблочный	Кефир
Пряник	Булочка	Печенье	Вафли	Булочка
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Суп картофельный с курицей	Вареники с творогом	Суп вермишелевый с курицей	Ленивые голубцы	Суп молочный рисовый
Хлеб	Хлеб	Сок	Кефир	Чай
Чай	Кисель	Хлеб	хлеб	Хлеб

Утверждаю
И.о.директора
Каб. К.С.Кабылканова

Перспективное меню на пришкольный лагерь по Шидертинской ОПШ 2023 год

1 неделя

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак	Завтрак	завтрак	Завтрак	Завтрак
Ячневая каша молочная	Каша манная молочная	Каша пшеничная молочная	Каша овсяная молочная	Яйцо отварное
Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом
Чай с молоком	Чай с молоком	Чай с молоком	Чай с молоком	Чай с молоком
			Мед	Творог
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Суп молочный	Суп харчо	Борщ со сметаной	Суп гороховый	Суп вермишелевый
Гуляш с курицей	Мясная поджарка	Плов	Котлета рыбная с соусом	Гречка
Отварная вермишель	Отварной картофель	Хлеб	Отварные макароны	Гуляш
Компот	Кисель	Салат «солнышко»	Хлеб	Хлеб
хлеб	Хлеб	Чай сладкий	Компот	Кисель
Нарезка из св.огурцов	Салат из св.капустой с помидорами		Нарезка из св.огурцов	Винегрет
Яблоко			Слива,абрикос	
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
Сок яблочный	Какао	Кампот	Кефир	Сок абрикосовый
Булочка с творогом	Пряник	Печенье	Вафли	Булочка с изюмом
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
Суп с фрикадельками	Яйцо отварное	Вареники с картошкой	Суп вермишелевый с мясом курицы	Бигус
Хлеб	Хлеб	Какао	Чай с молоком	Кефир
Кисель	Сок	Хлеб	хлеб	Хлеб

	<p>Полдник Сок Пряник Фрукты</p>	<p>Полдник Яблоко Сок Пряник</p>	<p>Полдник Сок Пряник Фрукты</p>	<p>Полдник Яблоко Сок Пряник</p>
Четверг	<p>Завтрак Яйцо отварное Хлеб Компот</p>	<p>Завтрак Ячневая каша Хлеб Чай с молоком Пряник</p>	<p>Завтрак Яйцо отварное Хлеб Компот</p>	<p>Завтрак Ячневая каша Хлеб Чай с молоком Пряник</p>
	<p>Обед Рыба тушеная в соусе Рис отварной Салат свекольный Хлеб Кефир</p>	<p>Обед Суп вермишелевый с мясом Рыба тушеная с подливом Отварные макароны Салат марковный с яблоком Чай с молоком Хлеб</p>	<p>Обед Рыба тушеная с овощами. Салат овощной. Хлеб Чай с сахаром Мед</p>	<p>Обед Суп вермишелевый с мясом Рыба тушеная в соусе Рис отварной Салат свекольный с зеленым горошком Чай с молоком Хлеб Мед</p>
	<p>Полдник Молоко Пирожки с картошкой Творожок</p>	<p>Полдник Молоко Булочка</p>	<p>Полдник Молоко Пирожки с картошкой Творожок</p>	<p>Полдник Молоко Печенье</p>
Пятница	<p>Завтрак Кукурузная каша Хлеб Чай с молоком Мед</p>	<p>Завтрак Яйцо отварное Хлеб Компот</p>	<p>Завтрак Кукурузная каша Хлеб Чай с молоком Мед</p>	<p>Завтрак Яйцо отварное Хлеб Компот</p>
	<p>Обед Пельмени Каша молочная ячневая с маслом Хлеб Сок</p>	<p>Обед Суп картофельный Каша молочная пшеничная с маслом Хлеб Салат капустный Сок</p>	<p>Обед Пельмени Каша молочная манная с маслом Хлеб Творожок Сок</p>	<p>Обед Суп картофельный Каша молочная манная с маслом Хлеб Салат капустный Сок</p>
	<p>Полдник Какао Хлеб с сыром Яблоко</p>	<p>Полдник Кефир Печенье Мандарин</p>	<p>Полдник Какао Пряник Яблоко</p>	<p>Полдник Кефир Булочка Мандарин</p>

Утверждаю:

И.о.директора школы

К.С.Кабылканова



Перспективное четырехнедельное меню для Шидертинской ОШ за 2022-2023 учебный год

	1 неделя	Выход блюд 6-10 лет	2 неделя	Выход блюд 6-10 лет	3 неделя	Выход блюд 6-10 лет	4 неделя	Выход блюд 6-10 лет
Понедельник	Суп лапша домашняя с мясом курицы	200/25	Суп гороховый с мясом курицы	200/25	Суп свекольный с мясом курицы	200/25	Суп с крупой с мясом	200/25
	Хлеб с сыром	20/2	Хлеб с сыром	20/2	Хлеб с сыром	20/2	Хлеб с сыром	20/2
	Сок	200	Сок	200	Сок	200	Чай с молоком с сахаром	200
	Яблоко/мандарин	200	Яблоко/мандарин	200	Яблоко/мандарин	200	Яблоко/мандарин	200
Вторник	Гуляш из говядины	60	Жаркое домашнему с курицы	200	Плов с мясом	200	Курица тушеная с отварными макаронами	200
	Гречневый гарнир	100	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Салат овощной	60	Салат свекольный	60	Салат венегрет	60	Салат из моркови	60
	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200
	Вафли	50	Вафли	50	Вафли	50	Вафли	50
Среда	Борщ со свежей капусты с мясом говядины со сметаной	200/25	Суп харчо с мясом говядины	200/25	Рассольник с мясом говядины	200/25	Суп гороховый с мясом	200/25
	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Кисель	200	Кисель	200	Кисель	200	Кисель	200
	Печенье	50	Пряник	50	Булочка	50	Пряник	50
Четверг	Рыба тушеная в соусе	75	Рыба тушеная с подливом	75	Рыба тушеная с овощами	75/100	Рыба тушеная в соусе	75
	Рис отварной	100	Отварные макароны	100	Салат овощной	60	Рис отварной	100
	Салат свекольный с зеленым горошком	60	Салат марковный с яблоком	60	Салат овощной	60	Запеченный/отварной картофель	100
	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Мед	5	Мед	5	Мед	5	Мед	5
							Салат свекольный с зеленым горошком	
Пятница	Каша молочная ячневая с маслом	150	Каша молочная пшеничная с маслом	150	Каша молочная манная с маслом	150	Каша пшеничная манная с маслом	150
	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Творожок	100	Яйцо отварное	1	Творожок	100	Яйцо отварное	1
	Какао	200	Кефир с сахаром	150	Какао	150	Молоко	150
	Булочка	50	Печенье	50	Пряник	50	Булочка	50