

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ СОШ с УИОП

Г. Яранск, ул. Кирова, 18

 Кренева О.В.

« 31 » мая, 2021г.

Утверждаю:

Председатель Совета

Яранского РайПО

 О.Ю. Романова

« 31 » мая, 2021 г.

### Примерное

**18-ти дневное меню для детей и подростков  
образовательных учреждений на период  
проведения летних оздоровительных учреждений  
с дневным пребыванием**

сезон: летний

РАЗРАБОТАНО:

Яранское РайПО

Директор ООП – Швецова Е.И.

г. Яранск

2021 г.

МЕНЮ

7-10 лет

*Индивидуальное меню  
для детей от 7 до 10 лет  
в ресторане "Оasis"*

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день	15 день	16 день
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 200г/100	КАША РИСОВАЯ 200г/10	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200г/10	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110г	КАША ОВСЯНАЯ ТЕРЧУЛЕС ЖИДКАЯ 200г/10	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКAROНЫМИ 250	ЗАПЕКАЧКА ИЗ ТВОРОГА СО СТУЛЕННЫМ МОЛОКОМ 100г/20	КАША МАННАЯ 25г	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 200г/10	ЗАПЕКАЧКА ИЗ ТВОРОГА СО МОЛОКОМ 100г/20	ЗАПЕКАЧКА КАРТОВЕЛЬНАЯ С МАСЛОМ 125	КАША ГРЯУКОВАЯ 200г	МАКAROНЫ С СЫРОМ 150г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С СЫРОМ 200г	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200г/10
ОБЕДЕННЫЙ НАПИТОК	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СЫР (ГОРЧИКОВЫЙ) 15	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	СЫР (ПОРЧИКОВЫЙ) 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАША С МОЛОКОМ 50	КАША ПШЕНИЧНАЯ БУТЕРБРОД С СЫРОМ 200г
БАТУРКА ИЗ ПРОЖЕВАННОГО ТЕСТА С ПОВИДОМ 50	СЫР (ГОРЧИКОВЫЙ) 15	БЛЮШКА ДОМАШНЯЯ 50	МАСЛО (ГОРЧИКОВЫЙ) 10	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯБЛОЧНЫЙ 200	МАСЛО (ГОРЧИКОВЫЙ) 10	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	МАСЛО (ГОРЧИКОВЫЙ) 10	МАСЛО (ГОРЧИКОВЫЙ) 10	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	СЫР (ПОРЧИКОВЫЙ) 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАША С МОЛОКОМ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ БУТЕРБРОД С СЫРОМ 200г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	МАСЛО (ГОРЧИКОВЫЙ) 10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	СЫР (ГОРЧИКОВЫЙ) 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФРУКТОВОМ 75	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАША С МОЛОКОМ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ БУТЕРБРОД С СЫРОМ 200г
ЯБЛОКО 100	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	БАТОН 30	БАТОН 30	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20
САЛАТ ВЕСНА 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ РАСТИТЕЛЬНЫХ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬЮ РАСТИТЕЛЬНЫХ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ СЫРОМ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ ИЗ КАРТОВЕЛЯ ОТРУДАМИ 60	САЛАТ ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ 90	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ РАСТИТЕЛЬНЫХ 70	САЛАТ "СТЕПНОЕ" С МАСЛОМ 70	САЛАТ ВЕСНА 60	САЛАТ ПОДРОЗНОСКИЙ-100	САЛАТ ИЗ КАРТОВЕЛЯ С ПОМИДОРАМИ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛЮЛИСЫ 60	САЛАТ НА БЕЛКОМЛАННОЙ КАПУСТЫ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60
РАСОСЫЩНИК ДОМАШНИЙ 200г/10г	ШИШКА СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 200г/10г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С МАКAROНЫМИ И ПТИЦЕЙ 200	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С ПОРХОКОМ 200	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200	СУПС КРУПНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 250	РАСОСЫЩНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 250г/10	ШИШКА СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ СО СМЕТАНОЙ 200г/10г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С ФРЕЗКАМИ 250	ВОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 200г/25г/10	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 250г/5	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 200г/5	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 200г/5
ТЕПЛИЦА ВАРЖАКТ 50/50	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЕЦЫЙ 90	ВИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ 90	КОТЛЕТЫ РУБЕЦЫЕ НА ПТИЦУ 90	ГУЛТЫШ 90/50	КОТЛЕТКА ОДИННАЧА 30	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЕЦЫЙ 90	МАКAROНЫ ОТАВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150г	ГУЛТЫШ 90/50	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 150г	КОТЛЕТКА ТУШЕНАЯ НА ПТИЦУ 90	ВЯЧКА ПО-БЕЛОРУССКИ 90	КОТЛЕТКА РУБЕЦЫЕ НА ПТИЦУ 90	ВЯЧКА ПО-БЕЛОРУССКИ 90	ПЮФ НА ПТИЦУ 200	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЕЦЫЙ 90
МАКAROНЫНЕ ДАВЛЕНЫ ОТВАРНЫЕ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССОСЫЩАЮЩАЯ С МАСЛОМ 150г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ 150	МАКAROНЫНЕ ИДЕЛЬНИ ОТВАРНЫЕ 150	ПОРЕ КАРТОВЕЛЬНЫЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССОСЫЩАЮЩАЯ С МАСЛОМ 150г	МАКAROНЫНЕ ОТАВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150г	РИС ОТАВАРНЫЙ 150г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С СЫРОМ 150г	КОТЛЕТКА ТУШЕНАЯ НА ПТИЦУ 90	ПОРЕ КАРТОВЕЛЬНЫЕ С ОДИННАЧНЫМИ 150г	СОС ТОМАТНЫЙ №48 50	КАРЕТОВЕЛЬ ТУШЕНЫЙ 150	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ПОРЕ КАРТОВЕЛЬНЫЙ РУБЕЦЫЙ 150
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ВИТАМИНОВ Ч. 200	СОС ТОМАТНЫЙ №48 50	ЧАЙ С САХАРОМ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200	НАПИТОК КЛУБЕЧНЫЙ 200	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С СЫРОМ 150г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ПОРЕ КАРТОВЕЛЬНЫЕ С ОДИННАЧНЫМИ 150г	СОС ТОМАТНЫЙ №48 50	КАРЕТОВЕЛЬ ТУШЕНЫЙ 150	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ПОРЕ КАРТОВЕЛЬНЫЙ РУБЕЦЫЙ 150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
АПЕЛЬСИН 100	ГРУША 100	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 20	ГРУША 100	БАНАН 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	БАНАН 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30

Обед