

ГБОУ АО
"Няндомская СКОШИ"
164200, Архангельская область,
г. Няндомы, ул. Строителей, д. 25,
тел./факс 8(818-38) 6-26-00,
E-mail: nyandoma_sorg@mail.ru
ОКПО 35672368
ОГРН 1022901414601
ИНН/КПП 2918003746/291801001

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ АО «Няндомская СКОШИ

Сидоровский М.Г.

Дата

8 марта 2017



Примерное циклическое меню

для учащихся ГБОУ АО « Няндомская СКОШИ»

сезон : **ЗИМА**

возрастная категория : 12 - 18 лет

НОРМАТИВНЫЙ ДОКУМЕНТ : САНПИН 2.3/2.4.3590-20 "САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ"

12 - 18 лет		12 - 18 лет		12 - 18 лет		12 - 18 лет		12 - 18 лет	
1 день.		2 день.		3 день.		4 день.		5 день.	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
Завтрак 1		Завтрак 1		Завтрак 1		Завтрак 1		Завтрак 1	
Каша геркулесовая жидкая с ма	200	Запеканка творожная с варени	200	Каша манная с изюмом жид	200	Каша пшенично-рисовая на мс	200	Пудинг творожный с варение	250
Яйцо вареное	40	Масло сливочное	10	Яйцо	40	Колбаса вареная	10	Сыр тверд. сортов	30
Хлеб пшеничный	100	Батон	100	Хлеб пшеничный	100	Масло сливочное	50	Батон	100
Масло сливочное	10	Сыр	30	Кофейный напиток на молок	200	Хлеб пшеничный	100	Какао на молоке	200
Какао на молоке	200	Сок фруктовый(морковный)	200	Завтрак 2		Чай п/сладкий	200		
Завтрак 2		Завтрак 2		Завтрак 2		Завтрак 2		Завтрак 2	
Фрукты (яблоко)	200	Фрукты (апельсин)	200	Фрукты (апельсин)	200	Фрукты (банан)	200	Фрукты(груша)	200
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Салат крабовый с огурцом	100	Салат мясной	100	Салат из отварной свеклы с	120	Икра кабачковая	100	Салат "Стелной"	100
Суп картофельный гороховый с	250	Суп картофельный с треской	250	Суп с макаронными изделия	250	Щи из свеж капусты на кури	250	Суп мясной с фасолью	250
Печень тушеная в соусе сметан	100	Кура тушеная ,соус томатный	100	Тефтели рыбные из трески	100	Котлета "студенческая"	150	Треска тушен в томате с ово	100
Картофель отварной с луком	230	Рис отварной	180	Картофель и овощи тушенн	180	Каша гречневая с луком (ра	180	Рис припущенный с кукурузо	200
Компот из с/ф	200	Компот из свежих фруктов(яб.	200	Компот из сухих фруктов	200	Компот из с/ф	200	Компот из с/ф	200
Батон	100								
Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Чай полусладкий	200	Какао на молоке	200	Чай н/сладкий	200	Молоко	200	Кофейный напиток на молок	200
Сырники с морковью,стущеным	100	Кольцо "Московское"	65	Печенье,конфеты	50	Пирожки печ с рисом и яи	75	Шанежки с яйцом	55
Ужин		Ужин 1		Ужин 1		Ужин		Ужин	
Салат"Цада"	120	Салат с соленым огурцом м.р	100	Кукуруза десертная	60	Салат "Школьный"	120	Салат "Мимоза" с м.р	120
Треска припущенная ,соус поль	130	Котлета "Московская"	100	Ромштекс рубленый	100	Рыба по "ленинградски"	180	Люля-кебаб из говядины	200
Рис отварной	180	Калуста тушеная	180	Рис по-итальянски	180	Запеканка картофелн с ово	100	Картофельное пюре на моло	180
Сок фруктовый (яблочный)	180	Сок фруктовый(морковный)	200	Сок фруктовый(виноградный)	180	Сок виноградный	180	Сок (персиковый)	180
Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной,Батон	50/150	Хлеб ржаной	50
Ужин 2		Ужин 2		Ужин 2		Ужин 1		Ужин 1	
Снежок	200	Молоко	200	Йогурт	200	Молоко	200	Ужин 1	
		Батон	100					Ужин 1	
								Биокефир	200

12 - 18 лет		12 - 18 лет		12 - 18 лет		12 - 18 лет		12 - 18 лет	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход	Наименование блюда	Выход
Завтрак 1		Завтрак 1		Завтрак 1		Завтрак 1		Завтрак 1	
Каша пуховая (гречневая с яй)	200	Суп молочный с макаронн	250	Каша молочная "дружба"	200	Сырники с молоком сгущен	200	Каша гречневая на молоке	200
Сосиски	50	Хлеб пшеничный	10	Колбаса вареная	50	Какао на молоке	200	Масло сливочное	10
Хлеб пшеничный	100	Масло сливочное	100	Хлеб пшеничный	100	Сыр твердый	30	Хлеб пшеничный	100
Масло сливочное	10	Какао на молоке	200	Кофейный напиток	200	Хлеб пшеничный	100	Чай на молоке	200
Чай с вареньем	200								
Завтрак 2		Завтрак 2		Завтрак 2		Завтрак 2		Завтрак 2	
Фрукты(яблоко)	200	Фрукты (банан)	200	Фрукты(апельсин)	200	Фрукты(груша)	200	Фрукты(апельсин)	200
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Салат "Веснушка"	120	Винегрет с фасолью	100	Зеленый горошек	100	Салат "бурячок"	120	Кукуруза десертная	100
Борщ с фасолью на м/б	250	Суп овощной с мясом	250	Борщ украинский	250	Рассольник на мясном б-н	250	Рассольник по-ленинградски с	250
Жаркое	280	Биточки рыбные	100	Ежики мясные	180	Плов из кури	270	Рыба "аппетитная "	100
из кури по-домашнему		Картофельное пюре с м/с	180	Макаронны отв с м/с	100	Компот из свежих фруктов	200	Макаронны отвар со сметаной	180
Компот из с/ф	200	Компот из с/ф	200	Сок яблочный	180	Хлеб ржаной	70	Компот из с/ф	200
Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Молоко	200	Молоко	200	Чай н/сладкий, конфеты	200/30	Молоко	200	Сок фруктовый (апельс)	180
Сырники по-киевски	200	Кондитерское изделие	1	Ватрушка с творогом	65	Кондитерское изделие	30	Гренки	70
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Салат картофельный с м/р	100	Салат "Здоровье"	100	Салат из свеклы с чесноч	100	Салат рыбный	120	Винегрет овощной с м.р	120
Тефтели из печени, соус мол	150	Кура тушен в сметан. соус	120	Филе трески запеченое в с	100	Говядина отв в яйце	100	Пельмени отварные с маслом	250
Овощи припущенные в смета	180	с овощным рагу и фасолью	180	Картофель по - деревски	180	Рагу овощное с фасолью к	200	Хлеб ржаной	50
Сок фруктовый (яблочный)	180	Сок (персиковый)	180	Сок яблочный	180	Сок (персиковый)	180	Сок фруктовый (яблочный)	180
Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50		
Ужин 1		Ужин 1		Ужин 1		Ужин 1		Ужин 1	
Ряженка	200	Молоко	200	Ряженка	200	Биокефир	200	Снежок	200

12 - 18 лет		12 - 18 лет		12 - 18 лет		12 - 18 лет	
Наименование блюда	Выход	Наименование блюдо	Выход	Наименование блюдо	Выход	Наименование блюдо	Выход
Завтрак 1		Завтрак 1		Завтрак 1		Завтрак 1	
Каша пшеничная на молоке	200	Каша кукурузная на молоке	200	Запеканка творожная со стущ.м	200	Каша сборная жидкая из смеси	250
Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	Масло сливочное	10	Яйцо вареное	40
Батон	100	Батон	100	Хлеб пшеничный	100	Хлеб пшеничный	100
Какао на молоке	200	Какао на молоке	200	Чай на молоке	200	Какао на молоке	200
Завтрак 2		Завтрак 2		Завтрак 2		Завтрак 2	
Фрукты (яблоко)	200	Фрукты (апельсин)	200	Фрукты(груша)	200	Фрукты (банан)	100
Обед		Обед		Обед		Обед	
Салат "Нежинский"	100	Салат "Студенческий"	100	Салат из кукурузы	120	Салат столочный	100
Суп харчо с мясом	250	Суп овощной с мясом	250	Суп молочный рисовый	250	Суп рыбный с консервами	250
Пюре картофельное	180	Гуляш говяжий	100	Кура отв.в томатном соусе	100	Печень по-строгановски	100
Котлета мясная домашняя, соус красный	180	Картофель тушеный с луком	180	Рагу овощное с фасолью консерв.	180	Макарони отварные	180
Компот из с/ф	200	Компот из сухих фруктов	200	Компот из сухих фруктов	200	Компот из апельсинов	200
Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70	Хлеб ржаной	70
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Чай сладкий с лимоном	200	Чай с лимоном	180	Йогурт	200	Сок фруктовый (вишневый)	180
Пицца с колбасой	75	Ватрушка с яблоками	75	Гренки на молоке	100	Полоска песочная с повидлом	50
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	
Салат "Степной"	100	Салат рыбный	120	Салат из свеклы с зеленым горо	100	Огурец соленый	60
Капуста тушеная в томатном соусе	180	Рис припущенный с овощами	180	Суфле из трески на пару	150	Каша гречневая с луком	180
Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
Сок фруктовый(виноградный)	180	Бефстроганов из отварного мяса	100	Сок фруктовый (яблочный)	180	Сок фруктовый(сливовый)	180
Зразы рубленные из филе кур. и овощей	100	Сок фруктовый (гранатовый)	180	Мясо тушен.в смет соусе	120	Мясо тушен.в смет соусе	120
Ужин 1		Ужин1		Ужин 1		Ужин 1	
Молоко	200	Молоко	200	Ряженка	200	Бюкефир	200