

Примерное двухнедельное меню*

ОАНО «ЛИНГВАНЕО» (дошкольное образование, начальное общее образование, включая группу продленного дня)

2 неделя

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ВРЕМЯ	МЕНЮ
Понедельник	Завтрак 9.10.	Каша ячневая; бутерброд с маслом и сыром; какао – напиток на молоке; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат из свежих овощей/овощная тарелка; борщ; котлета из говядины, гречка отварная с маслом; кисель из смородины, хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Булочка дорожная; снежок
	Ужин 17.00	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром; компот
Вторник	Завтрак 9.10.	Каша манная; бутерброд с маслом и сыром; кофейный напиток на молоке; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат из свежих огурцов/овощная тарелка; суп крестьянский с крупой, котлета рыбная, рис отварной с маслом; компот из вишни, хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Печенье детское сахарное; йогурт
	Ужин 17.00	Овощное рагу; хлеб белый/серый; компот
Среда	Завтрак 9.10.	Каша геркулесовая молочная; бутерброд с маслом и сыром; чай с молоком; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат из отварной свеклы с соленым огурчиком/овощная тарелка; суп овощной со сметаной; тефтели из куриного мяса, картофельное пюре; компот из сухофруктов; хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Крендель сахарный, снежок
	Ужин 17.00	Фаршированные кабачки с мясом; хлеб белый/серый; чай с лимоном
Четверг	Завтрак 9.10.	Каша кукурузная; какао на молоке; бутерброд с маслом и сыром; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат винегрет/овощная нарезка; суп рыбный, гуляш из куриного мяса с овощами; компот из облепихи, хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Печенье овсяное детское, йогурт
	Ужин 17.00	Рис отварной с маслом, овощами и кукурузой; огурец свежий порционно; хлеб белый/серый
Пятница	Завтрак 9.10.	Каша пшеничная молочная; бутерброд с маслом и сыром, кофейный напиток на молоке; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат из свежих овощей/овощная тарелка; суп гороховый, капуста, тушенная с овощами и мясом говядины; витаминный напиток; хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Булочка «Веснушка»; снежок
	Ужин 17.00	Творожная запеканка со сгущенным молоком; компот

*СанПиН допускает ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ