



**Примерное трехнедельное меню\***  
**ОАНО «ЛИНГВАНЕО»**

(дошкольное образование, начальное общее образование, включая группу продленного дня)

**3 неделя**

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ВРЕМЯ	МЕНЮ
Понедельник	Завтрак 9.10.	Каша манная молочная; бутерброд с маслом и сыром; какао на молоке; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат из свежих огурцов/овощная тарелка; суп овощной с мясом; плов; компот из брусники, хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Булочка домашняя; снежок
	Ужин 17.00	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром; компот
Вторник	Завтрак 9.10.	Каша пшеничная молочная; бутерброд с маслом и сыром; кофейный напиток на молоке; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат витаминный/овощная тарелка; свекольник на мясном бульоне со сметаной; жаркое по-домашнему; компот из сухофруктов, хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Печенье детское сахарное; йогурт
	Ужин 17.00	Омлет; чай с лимоном; хлеб белый/серый;
Среда	Завтрак 9.10.	Каша кукурузная молочная; бутерброд с маслом и сыром; чай с молоком; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат из свежей моркови с яблоками/овощная тарелка; рассольник на мясном бульоне со сметаной; котлета рыбная, рис отварной с маслом; компот из вишни; хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Булочка «Выборгская», снежок
	Ужин 17.00	Фаршированные кабачки с мясом; хлеб белый/серый; компот из брусники
Четверг	Завтрак 9.10.	Каша геркулесовая молочная с маслом; какао на молоке; бутерброд с маслом и сыром; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Салат из отварной свеклы с соленым огурчиком/овощная нарезка; суп гречневый на мясном бульоне; тефтели из говядины под томатно – сметанным соусом; напиток витаминный из ягод шиповника; хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Печенье сахарное детское, йогурт
	Ужин 17.00	Каша гречневая с овощами и мясом; чай с сахаром; хлеб белый/серый
Пятница	Завтрак 9.10.	Каша Дружба молочная с маслом; бутерброд с маслом и сыром, кофейный напиток на молоке; фруктовая тарелка
	Обед 12.35	Овощная тарелка; суп с фасолью на мясном бульоне; биточки из говядины; макаронные изделия отварные с маслом витаминный напиток; хлеб белый/серый, сухарики
	Полдник 15.00	Крендель сахарный; снежок
	Ужин 17.00	Творожная запеканка со сгущенным молоком; компот из смородины, хлеб белый/серый, сухарики

\*СанПин допускает ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ