

**Наименование учреждения:**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа имени Героя Российской Федерации Максима Пассара с. Найхин»**

**Утверждаю:**

**Директор**



**Глушанина Ольга Филипповна**



**Меню десятидневное**

**Для детей с прибыванием в учреждении более 6 часов**

**Возрастная категория 7-11 лет.**

**Сезон: осень-зима**

**Меню составлено с соответствием документа: Г лавный государственный санитарный врач Российской Федерации Постановление от 27 октября 2020 года № 32 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»**

**Меню составлено на основании сборников рецептов:**

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания общеобразовательных школах под ред. В.Т. Лапиной, издательство «Хлебпродинформ», 2004.
2. Методические указания города Москвы «Организация питания в дошкольных общеобразовательных учреждениях», М. 2007.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М. : ДеЛи плюс, 2005 г.
4. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга.- СПб. Речь, 2008.-800 с.
5. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М. : ДеЛи принт, 2011.-544с.
6. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под ред. Перваловп А.Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012г.

# МЕНЮ

## 7-11 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 25	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 90	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА ( с молоком)	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 30	ЯБЛОКИ 100	ГРУШИ 100	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ( с соусом молочным)	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 30	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ 170	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ 180	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 170	ОЛАДЬИ (с молоком сгущенным) 80/24	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ 180	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ 170	БЛИНЫ С ДЖЕМОМ 50/20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ И	ЧАЙ С САХАРОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	КЕФИР 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ВАРЕНЕЦ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 180
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ( в	ПЕЧЕНЬЕ 20		СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200		ВАФЛИ 20	РЯЖЕНКА 180		КЕФИР 180	СОК ВИШНЕВЫЙ 200
<b>Обед</b>									
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ 100	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 60	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ( ассорти)	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ( с отв.курицей) 180/28	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМ И 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ ( отв.мясо птицы) 200/15	БОРС С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕ М НА МЯСНОМ	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ ( с отв.говядино	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИ Й (со сметаной) 245/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ Й С БОБОВЫМИ ( с гречками) 240/9	СУП РЫБНЫЙ ( горбуша) 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ Й С КРУПОЙ И ФРИКАДЕЛЬКАМ
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (говядина)	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСК И 90	ФРИКАДЕЛЬК И ИЗ ПТИЦЫ( соус молочный)	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (кета, соус молочный) 120	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ( соус томатный) 90	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ 200	РЫБА ЖАРЕНАЯ ( навага) 100
РАГУ ОВОЩНОЕ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТА Я 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 180	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАШЕЙ 150	МАКАРОННЫ Е ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	СОК ВИШНЕВЫЙ 200	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 150	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 150	МОРС ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕНН ЫХ (брусника+ вишня (	КАРТОФЕЛЬНО Е ПЮРЕ 180
МОРС ИЗ ЯГОДЫ СВЕЖЕМОРОЖЕНН ОЙ (брусника) 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ СЛАДКИЙ ИЗ ВИШНИ ( св/м) 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕНН ЫХ ЯГОД ( смородина)	КОМПОТ СЛАДКИЙ ИЗ КУРАГИ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫ Й 45	КОМПОТ ВИШНЕВЫЙ (св./м.) 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	КИСЕЛЬ СЛАДКИЙ ИЗ СМЕСИ ЯГОД (св./м.)
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 28	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 34	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫ	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 28	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 55
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ		ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ЯБЛОКИ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ
ЯБЛОКИ 100	ГРУШИ 100	ЯБЛОКИ 100	ГРУШИ 100			ЯБЛОКИ 100	ГРУШИ 100		