

СОГЛАСОВАНО

Управление Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия
человека по Амурской области
Заместитель главного санитарного
врача по Амурской области

Ольга Жукова
И.И. Жукова
для
ДОКУМЕНТОВ
И.И. Жукова

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы-интерната № 8

Р.Г. Хмельва
Р.Г. Хмельва

18 апреля 2010 г.
18 апреля 2010 г.

Примерное 14-дневное меню
с учётом пищевой ценности приготовленных блюд
для организации питания детей 12 и старше лет
в государственном автономном
общеобразовательном учреждении Амурской области
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат № 8, г. Благовещенск»

День: первый (понедельник)

Неделя: первая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход</i>
Завтрак	
Конфеты	50
Масло сливочное	10
Каша пшеничная молочная	300
Хлеб	100
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Какао с молоком	200
Хлеб	50
Яблоки свежие	250
Сосиска отварная	156
Обед	
Салат из морской капусты	100
Суп овсяный с мясом	300
Печень по-строгановски	75
Макаронные изделия отварные	200/5
Компот	250
Хлеб	100
Полдник	
Кондитерское изделие	60
Кисломолочная продукция	200
Ужин	
Огурец	100
Овощи тушёные	250
Тефтели с рисом	100
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: второй (вторник)

Неделя: первая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Каша рисовая молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай	200
Второй завтрак	
Джем	50
Пудинг творожный	180
Какао с молоком	200
Хлеб	50
Обед	
Огурец свежий	100
Суп вермишелевый с мясом	300
Каша гречневая	200
Котлета рыбная жаренная	100
Сок	200
Хлеб	100
Полдник	
Яблоки свежие	250
Компот из сухофруктов	250
Ужин	
Помидор	100
Рагу из кур	300
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: третий (среда)

Неделя: первая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с лимоном	200
Второй завтрак	
Сосиска отварная	100
Конфеты	50
Какао с молоком	200
Хлеб	50
Обед	
Огурец свежий	100
Суп с фрикадельками	300
Рыба припущенная	150
Картофельное пюре	250
Компот из чёрной смородины	200
Хлеб	100
Полдник	
Яблоки свежие	250
Сок	200
Ужин	
Помидор	100
Рагу овощное	300
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: четвёртый (четверг)

Неделя: первая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Каша манная молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с молоком с сахаром	200
Второй завтрак	
Омлет запечённый	110
Яблоки свежие	250
Чай с сахаром	200
Хлеб	50
Обед	
Помидор	100
Суп гречневый с мясом	300
Куры отварные	100
Свекла тушёная	150
Компот из сухофруктов	250
Хлеб	100
Полдник	
Печенье	50
Молоко	200
Ужин	
Огурец	100
Пельмени с маслом	300
Чай с лимоном	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: пятый (пятница)

Неделя: первая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Каша геркулесовая молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Суфле творожное	180
Молоко сгущённое	50
Конфеты	50
Кофейный напиток	200
Хлеб	50
Обед	
Огурец	100
Суп овощной	300
Бефстроганов	100
Каша гречневая	200
Компот из чёрной смородины	200
Хлеб	100
Полдник	
Яблоки свежие	250
Яблоки печёные с сахаром	250/5
Компот из сухофруктов	250
Ужин	
Макароны отварные	200/5
Тефтеля с рисом	100
Сайра консервированная	100
Чай с лимоном	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: шестой (суббота)

Неделя: первая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Вермишель с сыром	230
Масло сливочное	20
Хлеб	100
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Яблоки свежие	250
Сосиска отварная	100
Какао с молоком	200
Хлеб	50
Обед	
Помидор	100
Суп картофельный с клёцками	300
Рис отварной с овощами	200
Котлета мясная жареная	100
Компот из чёрной смородины	200
Хлеб	100
Полдник	
Молоко	200
Вафли	50
Ужин	
Огурец	100
Рыба припущенная	150
Картофельное пюре	250
Чай с лимоном	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: седьмой (воскресенье)

Неделя: первая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Каша гречневая молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Масса творожная	180
Яйцо отварное	1
Какао с молоком с сахаром	200
Хлеб	50
Обед	
Огурец свежий	100
Свекольник с мясом со сметаной	300
Гуляш из мяса	100/75
Каша пшённая рассыпчатая	250/10
Сок	200
Хлеб	100
Полдник	
Яблоки свежие	250
Кондитерское изделие	60
Компот из сухофруктов	250
Ужин	
Помидор	100
Сложный гарнир	250
Котлета мясная жаренная	100
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: первый (понедельник)

Неделя: вторая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход</i>
Завтрак	
Каша пшённая молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Омлет запечённый	110
Чай с молоком с сахаром	200
Хлеб	50
Конфеты	50
Обед	
Свекла	100
Суп рисовый с мясом	300
Кальмар тушённый в соусе	140
Картофельное пюре	250
Сок	200
Хлеб	100
Полдник	
Яблоки свежие	250
Компот из сухофруктов	250
Ужин	
Огурец	100
Рагу овощное	300
Чай с лимоном	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: второй (вторник)

Неделя: вторая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Вермишель молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с лимоном	200
Второй завтрак	
Яблоки свежие	250
Масса творожная	180
Какао с молоком	200
Хлеб	50
Обед	
Помидор	100
Борщ с мясом со сметаной	300
Плов с курицей	280/60
Кисель плодово-ягодный	200
Хлеб	100
Полдник	
Печенье	50
Молоко	200
Ужин	
Огурец	100
Рыба припущенная	150
Картофель отварной	200
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: третий (среда)

Неделя: первая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Каша гречневая молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Какао с молоком	200
Второй завтрак	
Сосиска отварная	156
Чай с сахаром	200
Хлеб	50
Обед	
Салат из морской капусты	100
Суп с фрикадельками	300
Рулет мясной фаршированный с луком и яйцом	140
Каша перловая	180
Компот из чёрной смородины	200
Хлеб	100
Полдник	
Яблоки свежие	250
Сок	200
Ужин	
Икра кабачковая баночная	100
Рагу из кур	300
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: четвёртый (четверг)

Неделя: вторая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Каша манная молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с лимоном	200
Второй завтрак	
Омлет запечённый	110
Яблоки свежие	250
Сыр	50
Кофейный напиток	200
Хлеб	50
Обед	
Помидор	100
Рассольник с мясом со сметаной	300
Тефтеля с рисом	100
Овощи тушёные	250
Компот	250
Хлеб	100
Полдник	
Печенье	50
Молоко	200
Ужин	
Икра кабачковая баночная	100
Вареники	320
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: пятый (пятница)

Неделя: вторая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Вермишель с сыром	230
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Суфле творожное	180
Молоко сгущённое	50
Яблоки свежие	250
Чай с молоком с сахаром	200
Хлеб	50
Обед	
Огурец	100
Суп рыбный конс.	300
Котлета мясная жаренная	100
Рис отварной с овощами	200
Компот из сухофруктов	250
Хлеб	50
Полдник	
Кисломолочная продукция	200
Вафли	50
Ужин	
Жаркое по домашнему с мясом	300/40
Помидор	100
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: шестой (суббота)

Неделя: вторая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Каша «Дружба»	300
Конфеты	50
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Яйцо отварное	1
Сыр	50
Какао с молоком	200
Хлеб	50
Обед	
Помидор	100
Суп овощной	300
Макаронны отварные	200/5
Гуляш из мяса	100/75
Сок	200
Хлеб	100
Полдник	
Яблоки свежие	250
Компот	250
Ужин	
Огурец	100
Рыба по-русски	285
Чай с лимоном	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100

День: седьмой (воскресенье)

Неделя: вторая

<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход (гр.)</i>
Завтрак	
Яйцо отварное	1
Каша геркулесовая молочная	300
Масло сливочное	10
Хлеб	100
Чай с сахаром	200
Второй завтрак	
Масса творожная	180
Кофейный напиток	200
Хлеб	50
Обед	
Огурец	100
Суп «Крестьянский»	300
Куры припущенные в дух. шкафу	100
Каша гречневая	200
Сок	200
Хлеб	100
Полдник	
Яблоки свежие	250
Кисель плодово-ягодный	200
Ужин	
Помидор	100
Рис отварной с овощами	200
Котлета мясная жаренная	100
Чай с сахаром	200
Масло сливочное	10
Хлеб	100