

ГБОУ прогимназия №698 Московского р- на Санкт – Петербурга «Пансион»

Согласовано

Совет по питанию

Протокол № 5 от 26.12.2023г.

Утверждаю

Директор ГБОУ прогимназии №698 «Пансион»



И.А.Герболинская

Приказ № 218 от 27.12.2023г.

**Циклическое десятидневное меню дошкольного отделения для детей от 3 –х до 7 – ми лет, с 12 - ти часовым пребыванием**

| 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 МАСЛОМ 30              | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30                                  | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30          | КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С                                     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40                                | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30          | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30  | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30                      | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40                                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40                       |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 205 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 205        | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30  | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") 200 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 205        | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОВОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 50             | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30                                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7              | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180                                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | КАКАО С МОЛОКОМ 180  | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180                                   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150  | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180                         | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205 | ЧАЙ С САХАРОМ 180/6                        |
|                                    |   |                                |  |   |                                | КАКАО С МОЛОКОМ 180  |   | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180                        |  |
| <b>II Завтрак</b>                  |   |                                |  |   |                                |  |   |   |  |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150                  | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180                                    | БАНАН СВЕЖИЙ 100               | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180   | ГРУША СВЕЖАЯ 150                                    | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180             | ГРУША СВЕЖАЯ 150   | СОК АБРИКОСОВЫЙ 180                       | БАНАН СВЕЖИЙ 100                                      | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 180                         |
| <b>Обед</b>                        |   |                                |  |   |                                |  |   |   |  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50                 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ 50                 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50              | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 50 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50                        | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50               | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ 50 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50                          | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50                          | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60                        |

|  |  |   |  |   |  |   |   |  |   |
|--|--|---|--|---|--|---|---|--|---|
| СУП<br>КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С<br>КЛЕЦКАМИ,<br>ГОВЯДИНОЙ И<br>ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ<br>200/10/10 | СУП<br>КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С<br>МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ,<br>ПТИЦЕЙ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ<br>200/10/1 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ<br>КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ,<br>СМЕТАНОЙ,<br>ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ<br>200/5/1 | БОРЩ С<br>КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ,<br>ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ<br>200/10/5 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С<br>МЯСНЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ<br>200/20 | СУП<br>КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С<br>БОБОВЫМИ И<br>ГРЕНКАМИ<br>200/10 | РАССОЛЬНИК<br>ЛЕНИНГРАДСКИЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ 200/10/5 | СУП<br>КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>С<br>КУРОЙ И<br>СМЕТАНОЙ,<br>ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ<br>200/10/5 | БОРЩ С<br>КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ,<br>ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ<br>200/10/5 | РАССОЛЬНИК С<br>ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ<br>200/10/5 |
| РЫБА,<br>ТУШЕННАЯ В<br>ТОМАТЕ С<br>ОВОЩАМИ<br>80   | ПУДИНГ ИЗ<br>ПЕЧЕНИ С<br>МОРКОВЬЮ 80   | ГУЛЯШ ИЗ<br>ОТВАРНОГО<br>МЯСА 70/70   | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ<br>80  | ЗАПЕКАНКА<br>КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>МЯСОМ 200                    | ШНИЦЕЛЬ<br>РЫБНЫЙ<br>НАТУРАЛЬНЫЙ<br>80                       | ТЕФТЕЛИ (1-й<br>ВАРИАНТ) 70/30                                    | КОТЛЕТА<br>РУБЛЕННАЯ<br>ИЗ ПТИЦЫ 70   | РЫБА (ФИЛЕ)<br>ОТВАРНАЯ 80   | СУФЛЕ ИЗ МЯСА<br>ПТИЦЫ 70                           |
| ПЮРЕ<br>КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>С МОРКОВЬЮ<br>150  | СОУС<br>МОЛОЧНЫЙ<br>(ДЛЯ ПОДАЧИ К<br>БЛЮДУ) 50   | КАША<br>ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ<br>130   | КАРТОФЕЛЬ<br>ОТВАРНОЙ 150  | СОУС СМЕТАННЫЙ 50   | ОВОЩИ В<br>МОЛОЧНОМ<br>СОУСЕ 130                             | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ 130                                 | РАГУ ОВОЩНОЕ<br>(3-й<br>ВАРИАНТ) 150  | СОУС<br>СМЕТАННЫЙ 20   | МАКАРОННЫЕ<br>ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ<br>150            |
| НАПИТОК<br>ЯБЛОЧНЫЙ<br>180   | РИС ОТВАРНОЙ<br>130  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25                              | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ<br>180                                     | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25                | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА<br>180  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>30                                       | ПЮРЕ<br>КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>150  | КОМПОТ ИЗ<br>СВЕЖИХ<br>ГРУШ 180                     |
| ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25  | НАПИТОК ИЗ<br>ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА 180  | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>15  | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 25                  | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>20                                   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ 25                        | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25  | ЧАЙ С<br>ЛИМОНОМ<br>180/6/7  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25       |
| БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>20   | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>15  | НАПИТОК<br>АПЕЛЬСИНОВЫЙ<br>180  | КИСЕЛЬ ИЗ<br>ЗАМОРОЖЕННЫХ<br>ЯГОД 180                                      | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>20                                  | КОМПОТ ИЗ<br>СВЕЖИХ<br>ЯБЛОК 180                             | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>20  | НАПИТОК ИЗ<br>ЗАМОРОЖЕННЫХ<br>ЯГОД 180  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25                              | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>20                          |
|  | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>20   |   |  |   |  |   |   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>20   |   |
| <b>Полдник уплотненный</b>   |  |   |  |   |  |   |   |  |   |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ<br>200   | РЫБА,<br>ПРИПУЩЕННАЯ<br>В МОЛОКЕ 70  | ГОЛУБЦЫ<br>ЛЕНИВЫЕ<br>200   | СЫРНИКИ ИЗ<br>ТВОРОГА<br>С ДЖЕМОМ 110/20                                   | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА<br>ЗЕЛЕНОГО<br>КОНСЕРВИРОВАННОГ<br>О 50    | КОТЛЕТА<br>МЯСНАЯ<br>РУБЛЕННАЯ<br>(ГОВЯДИНА) 70              | МАКАРОНЫ С СЫРОМ<br>150   | ЗАПЕКАНКА ИЗ<br>ТВОРОГА 130   | ПОМИДОР<br>СВЕЖИЙ 40   | ОГУРЕЦ<br>СВЕЖИЙ 50                                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25  | ПЮРЕ<br>КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>130  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>25   | МОЛОКО<br>КИПЯЧЕНОЕ<br>200   | ОМЛЕТ<br>НАТУРАЛЬНЫЙ<br>150                                 | КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>ПЮРЕ<br>С МОРКОВЬЮ<br>150                    | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.<br>125   | СОУС МОЛОЧНЫЙ<br>(СЛАДКИЙ) 50   | ГОЛУБЦЫ<br>ЛЕНИВЫЕ<br>180  | ЖАРКОЕ ПО-<br>ДОМАШНЕМУ<br>150                      |
| КОМПОТ ИЗ<br>ИЗЮМА<br>180  | КОМПОТ ИЗ<br>СВЕЖИХ<br>ЯБЛОК 180   | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>15  | МАНДАРИН<br>СВЕЖИЙ<br>100  | БАТОН<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>20                                  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>15                | ЗЕФИР 50  | МОЛОКО<br>КИПЯЧЕНОЕ<br>200  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>15                              | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>30       |
| БУЛОЧКА<br>МОЛОЧНАЯ<br>50  | ХЛЕБ РЖАНО-<br>ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ<br>15  | ЙОГУРТ В<br>ИНД.УПАК.<br>125  | ЗЕФИР 50   | ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>180/6/7                                    | ЙОГУРТ В<br>ИНД.УПАК.<br>125                                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ<br>180/6/7  | МАНДАРИН<br>СВЕЖИЙ<br>100   | КОМПОТ ИЗ<br>СВЕЖИХ<br>ГРУШ 180  | КОМПОТ ИЗ<br>КУРАГИ<br>180                          |