



Утверждаю
Директор школы
С.Н. Самородова

Меню для учащихся МБОУ «Санская оош» в лагере с дневным пребыванием детей (2024-2025 уч. г.)
день первый «___» _____ 20__ г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше
Каша гречневая со сливочным маслом	150/180	Щи с курицей	250/250	Молоко	200/200
Чай с сахаром	200/200	Макароны	150/180	Кондитерское изделие	100/100
Батон нарезной	50/50	Отварная курица	140/150	Фрукт свежий	100
Сыр порционнo	15/15	Сок фруктовый	200/200		
		Хлеб ржаной	30/30		
		Фрукт свежий	100/100		

день второй « ____ » _____ 20__ г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г 7-11 лет/12 лет и старше
Омлет натуральный	150/160	Салат из свежей капусты с растительным маслом	60/100	Сок	200/200
Хлеб пшеничный	50/50	Рассольник с курицей	250/250	Фрукт свежий	100/100
Сыр порционно	15/15	Картофель тушеный с рыбой	245/285	Сухари	50/50
Чай с сахаром	200/200	Кисель	200/200		
		Фрукт свежий	100/100		
		Хлеб ржаной	30/30		
		Хлеб пшеничный	50/50		
		Конфеты	50/50		

день третий « ____ » _____ 20__ г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г 7-11 лет/12 лет и старше
Биточки манные	100/100	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100/5	Сок	200/200
Йогурт питьевой	200/200	Суп куриный с вермишелью	250	Фрукт свежий	100/100
Хлеб пшеничный	50/50	Плов из птицы	200/250	Вафли	50/50
Фрукт свежий	100	Кисель	200/200		
		Кондитерское изделие	50/50		
		Хлеб ржаной	30/30		

день четвертый «___»_____20__г.

Завтрак	Масса порции, г. 7- 11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет /12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г 7-11 лет /12 лет и старше
Запеканка творожная	200/220	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60/100	Компот из сухофруктов	200/200
Йогурт питьевой	200/200	Борщ	250/250	Сухари	50/50
Кондитерское изделие	50/50	Макароны отварные со сливочным маслом	150/180	Фрукт свежий	100/100
		Котлета мясная	90/100		
		Чай с сахаром	200/200		
		Хлеб ржаной	30/30		
		Хлеб пшеничный	50/50		

день пятый_ «___»_____20__г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Полдник	масса порции, г 7-11 лет/12 лет и старше
Каша гречневая со сливочным маслом	150/180	Салат из капусты с растительным маслом	60/100	Кофейный напиток с молоком и сахаром	200/200
Кисель	200/200	Суп гороховый с курицей	250/250	Сухари	50/50
Хлеб пшеничный	50/50	Картофель отварной со сливочным маслом	150/180		
		Гуляш	140/150		
		Хлеб ржаной	50/50		
		Пастила	50/50		
		Чай с сахаром	200/200		

день шестой «____»_____20__г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет / 12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г 7-11 лет /12 лет и старше
Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200/250	Салат из огурцов с растительным маслом	60/100	Йогурт питьевой	200/200
Чай с сахаром	200/200	Щи с курицей	250/250	Фрукт свежий	100/100
Хлеб пшеничный	50/50	Голубцы тушеные	100/100	Сушка	50/50
Сыр	15/15	Сок	200/200		
		Хлеб ржаной	50/50		
		Мармелад	50/50		

день седьмой «____»_____20 г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г 7-11 лет/12 лет и старше
Вермишель молочная со сливочным маслом	200/250	Салат из помидоров с растительным маслом	60/100	Сок	200/200
Кисель	200/200	Суп вермишелевый с курицей	250/250	Вафли	50/50
Печенье	40/40	Рис отварной с мясом и сливочным маслом	200/250	Фрукт свежий	100/100
		Компот из сухофруктов с сахаром	200/200		
		Пряник	50/50		

день восьмой « ____ » _____ 20__ г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г 7-11 лет/12 лет и старше
Омлет натуральный	150/160	Салат из огурцов с растительным маслом	60/100	Какао на молоке	200/200
Кисель	200/200	Рассольник	250/250	Сухари	50/50
Хлеб пшеничный	50/50	Макароны отварные со сливочным маслом	150/180	Фрукт свежий	100/100
Фрукт свежий	100/100	Котлета мясная	90/100		
		Хлеб ржаной	50/50		
		Зефир	50/50		
		Компот из сухофруктов	200/200		
		Хлеб пшеничный	50/50		

день девятый « ____ » _____ 20__ г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г 7-11 лет/12 лет и старше
Яйцо	40/40	Салат из капусты и огурцов с растительным маслом	60/100	Напиток кисло- молочный «Снежок»	200/200
Запеканка творожная	200/220	Суп гороховый с курицей	250/250	Печенье	40/40
Чай с сахаром	200/200	Картофель с тушеной рыбой	240/280		
Кондитерское изделие	50/50	Компот из сухофруктов	200/200		
Хлеб пшеничный	50/50	Хлеб ржаной	30/30		
		Фрукт свежий	100/100		
		Кекс	50/50		

день десятый « ____ » _____ 20__ г.

Завтрак	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Обед	Масса порции, г. 7-11 лет/12 лет и старше	Полдник	Масса порции, г 7-11 лет/12 лет и старше
Каша гречневая со сливочным маслом	150/180	Борщ с курицей	250/250	Кисель	200/200
Кофе с молоком	200/200	Рис со сливочным маслом	150/180	Кекс	40/40
Хлеб пшеничный	30/30	Пожарка	140/150	Фрукт свежий	100/100
		Сок фруктовый	200/200		
		Хлеб ржаной	30/30		
		Фрукт свежий	100/100		