



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. директора

МБУ "Комбинат питания"

С.А. Анисимова

**Примерное  
20 - дневное меню завтраков  
для обучающихся 1-4-х классов  
Возрастная группа: 7-11 лет  
Сезон: зима  
Вариант №1**

*Разработано по приказу Министерства образования и науки Кузбасса  
Согласовано: Руководитель Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав  
потребителей и благополучия человека по Кемеровской области - Кузбассу Е.И.Окс.*

*Разработано:*

*Главный технолог МАУ "Школьное питание"*

*С.Ю. Хохлова*

*Откорректировано:*

*Начальник отдела технологов "МБУ "Комбинат питания"*

*В.И. Хромова*

**ПРИМЕРНОЕ 20 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ  
Ноябрь – февраль 2020г – 2021г  
г.Новокузнецк**

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная с вишней и маслом	200/5	Сосиска отварная	100
Горячий бутерброд с карбонадом и сыром (хлеб пшеничный, сыр, карбонад)	90	Макароны отварные с маслом	150
Хлеб ржаной	20	Сыр порциями	15
Чай травяной	200	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
		Чай с сахаром	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Филе птицы запеченное в розовом соусе (филе кур)	80	Каша рисовая молочная с персиками и маслом	200/5
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Горячий бутерброд на батоне (батон, сыр) (1шт)	35
Сыр порциями	15	Фрукты в ассортименте	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб ржаной	20
Какао с молоком	200	Чай с лимоном и мятой	200
СРЕДА		СРЕДА	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	Люля – кебаб с томатным соусом и зеленью/ Гуляш «Смоляной бочек»	80/ (75/75)
Фрукты в ассортименте	150	Капуста тушеная	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17,5
Чай с сахаром и лимоном	200/7	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот фруктово-ягодный (черная смородина)	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Омлет с говядиной	145/5	Икра кабачковая	60
Масло сливочное порциями	10	Жаркое с мясом	230
Фрукты в ассортименте	150	Кондитерские изделия в инд.упаковке (печенье / зефир и др.)	1шт
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Кофейный напиток с молоком	200	Чай с сахаром и лимоном	200/7
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Икра свекольная	60	Маринад из моркови «Чудесный»	60
Котлета мясная «Делителеная» / Гуляш «Смоляной бочек»	80 / (75/75)	Рыба запеченная с сыром (минтай)	80
Картофель запеченный с сыром «Парабола»/Картофельное пюре с маслом	150/150	Картофель отварной с маслом и зеленью	150
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
Компот из кураги	200	Компот фруктово-ягодный (вишня)	200
III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Каша рисовая молочная с маслом	200	Сарделька отварная	100
Блинчик со сгущенным молоком (1 шт)	60/10	Спагетти отварные с маслом	150
Хлеб ржаной	20	Сыр порциями	15
Кофейный напиток с молоком	200	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
		Чай с шиповником	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Биточек мясной «Пионерский» / Гуляш «Смоляной бочек»	80/(75/75)	Курица запеченная «Курочка Ряба» (окорочка куриные)	80
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
Фрукты в ассортименте	150	Фрукты в ассортименте	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Компот фруктово-ягодный (клубника)	200	Чай с лимоном и мятой	200
СРЕДА		СРЕДА	
Омлет с сыром	150	Икра кабачковая	60
Горячий бутерброд на батоне (батон, колбаса, сыр) (1 шт)	50	Рыба тушеная с овощами «Дары моря» (минтай)	70/70
Хлеб ржаной	20	Картофельное пюре	150
Какао с молоком	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот фруктово-ягодный (яблоко - клюква)	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Икра свекольная	60	Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	150
Филе птицы тушеное в томатном соусе (филе кур)	90	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17,5
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Кофейный напиток с молоком	200
Компот фруктово-ягодный (яблоко)	200		
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Мясо тушеное с картофелем (говядина)	230	Мясо тушеное (свинина)	80
Фрукты в ассортименте	150	Рис отварной с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	Фрукты в ассортименте	150
Горячий шоколад	200	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20
		Компот из сухофруктов	200