

Примерное единое меню завтраков для обучающихся 1-4 классов с ОВЗ (сезон зима-весна) с февраля 2021г

День 1		
	Бутерброд с сыром "Голландский" и маслом сливочным	40
	Каша жидкая молочная (рисовая)	200/5
	Какао с молоком	200
	Хлеб пшеничный	20
	Фрукты свежие (яблоко)	100
День 2		
	Салат из свеклы с маслом растительным	80
	Жаркое по-домашнему	175
	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	25
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Кисломолочный продукт кефир 2,7 %-ой жирности	180
День 3		
	Помидор соленый (консервир.)	30
	Котлета рубленая из курицы	90
	Каша вязкая (гречневая)	150/5
	Хлеб пшеничный	20
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Кисель из плодов и ягод	200
	Фрукты свежие (яблоки)	110
День 4		
	Салат из овощей (белокочанной капусты)	80
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	225
	Чай с лимоном	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Пирог фруктовый "Школьный"/ кекс ванильный/печенье	50
День 5		
	Котлеты (биточки) особые из говядины	90
	Рагу из овощей	160
	Дополнительный гарнир, помидор соленый	30
	Хлеб пшеничный	24
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Сок фруктовый	200
День 6		
	Омлет с горошком прогретым и маслом сливочным, 120/60/5	185
	Чай с сахаром	200

	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	20
	Фрукты свежие (яблоко)	100
День 7		
	Икра кабачковая	60
	Котлета рыбная	90
	Картофельное пюре	150
	Хлеб пшеничный	25
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Сок фруктовый	200
День 8		
	Салат из овощей (белокочанной капусты с морковью)	80
	Тефтели из говядины со сметанным соусом	110
	Соус сметанный	50
	Каша вязкая (гречневая)	150/5
	Фруктовый чай	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	20
	Печенье Ромашка	25
День 9		
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	150/15
	Какао с молоком	200
	Хлеб пшеничный	39
	Кисломолочный продукт йогурт 3,2 %-ой жирности	180
День 10		
	Кукуруза консервированная	60
	Фрикадельки из курицы	90
	Макаронные изделия отварные с овощами	150
	Кофейный напиток на молоке	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	20,5
	Фрукты свежие (яблоки)	100