

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

| День 1 | | |
|--------|--|-------|
| | Бутерброд с сыром "Голландский" и маслом сливочным | 60 |
| | Каша жидкая молочная (рисовая) | 200/5 |
| | Какао с молоком | 200 |
| | Хлеб ржаной йодированный | 20 |
| | Хлеб пшеничный | 20 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 |
| День 2 | | |
| | Салат из свеклы с маслом растительным | 80 |
| | Жаркое по-домашнему | 185 |
| | Чай с сахаром | 200 |
| | Хлеб пшеничный | 35 |
| | Хлеб ржаной йодированный | 20 |
| | Кисломолочный продукт кефир 2,7 %-ой жирности | 180 |
| День 3 | | |
| | Помидор соленый (консервир.) | 45 |
| | 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) | 130 |
| День 4 | | |
| | Салат из овощей (белокочанной капусты) | 80 |
| | Рыба запеченная с картофелем по-русски | 235 |
| | Чай с лимоном | 200 |
| | Хлеб пшеничный | 40 |
| | 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 | 45 |
| | 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 | 30 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 130 |
| 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 | 130 |
| | 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 | 160/30 |
| | Какао с молоком | 200 |
| | Хлеб пшеничный | 39 |
| | Хлеб ржаной йодированный | 20 |
| | 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 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 125 |
| | И.о.исполнительного директора Автономной некоммерческой организации "Стандарты социального питания" Д.В.Уральский | |