

**Утверждаю»**

Директор

ГБОУ школы-интерната № 2 г.о. Жигулевск

\_\_\_\_\_ А.Р.Будинец

«30» августа 2024 г.

## **ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ**

**ГБОУ ШКОЛЫ – ИНТЕРНАТА № 2 г.о. ЖИГУЛЁВСК**

**на осенне–зимний период 2024 – 2025 г.**

**(11 - 17 лет)**

	1-й день Понедельник	2-й день Вторник	3-й день Среда	4-й день Четверг	5-й день Пятница	6-й день Суббота	7-й день Воскресенье
завтрак	Хлеб с маслом 50/10 Кофей-й напиток на молоке 200	Хлеб с маслом 50/10 Какао с молоком 200	Хлеб с маслом и колбасой 50/10/20 Чай с молоком 200	Хлеб с маслом и сыром 50/10 /20 Какао с молоком 200	Хлеб с маслом 50/10 Чай с молоком 200	Сок 200 Фрукт 300	Сок 200 Фрукт300
Завтрак	Каша кукурузная 213 Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Чай на молоке 200	Запеканка из творога 150 Сгущенка 10 Хлеб с маслом 50/10 Чай с сахаром и лимоном 200 Фрукт 200	Омлет натуральный 112 Хлеб с маслом 50/10 Кофе-й напиток на молоке 200 Фрукт 200	Каша рисовая 212 Хлеб с маслом 50/10 Чай с молоком 200 Фрукт 200	Суп молочный вермишелевый 200 Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Какао с молоком 200	Сырники из творога со сгущённым молоком 150/10 Яйцо 1 шт. Хлеб с маслом 50/10 Кофейный напиток на молоке 200	Каша манная 207 Омлет 58. Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Чай с молоком 200
Обед	Салат « Розовый» 100 Суп гороховый на м/к бульоне 250/12 Сосиска 60 Кабачки тушеные 230 Кисель 200 Хлеб ржаной /пшеничный 50/50	Салат из свежих огурцов и помидор 100 Щи на курином б-не со сметаной 250/15/5 Рагу из курицы 270 Сок 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из белокочанной капусты 100 Рассольник ленинградский на м/к бульоне 250/12 Печень по- строгановски 30/30 Макароны отварные 150 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Винегрет 100 Борщ с фасолью на м/к бульоне со сметаной 250/12/5 Рыба тушёная в томате с овощами 135/50 Рис отварной 200 Кисель 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из редьки 100 Суп с рисом и рыбными фрикадельками 250/50 Котлета мясная 80 Овощное рагу 220 Компот из чернослива 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из свеклы и чеснока 100 Суп картофельный на курином б-не 250/15 Рыба в омлете 185 Картофельное пюре 252 Хлеб ржаной/пшеничный 50/75 Сок 200	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 100 Суп картофельный с пшеном на м/к бульоне 262 Зразы рубленые 90 Рис отварной 250 Соус сметанный с томатом 50 Напиток из шиповника 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/75
Полдник	Сок 200 Булочка Вкусняшка 75	Кисломолочный продукт 200 Ватрушка творожная 85	Сок 200 Вафли 35	Кисломолочный продукт 200 Булочка Ванильная 75	Сок 200 Печенье 30	Кисломолочный продукт 200 Пирожок с повидлом 100	Кисломолочный продукт 200 Пирожок с капустой 100
Ужин	Икра кабачковая 100 Азу 250/60 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Напиток из шиповника 200	Салат из моркови и чеснока 100 Рыба запечённая в сметанном соусе с картофелем 435 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Чай с сахаром 200	Салат из соленых огурцов с луком 100 Биточки рыбные 100 Рис отварной 250 Соус сметанный с томатом 30 Хлеб с маслом 50/10 Хлеб ржаной 70 Чай с сахаром 200	Икра баклажанная 100 Запеканка картофельная с мясом 280 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржаной 70 Чай с лимоном 200	Огурец свежий 100 Курица запечённая 135 Каша гречневая 240 Соус томатный 30 Хлеб с маслом 50/10 Хлеб ржаной 70 Чай с сахаром 200 Фрукт 300	Салат из моркови с сахаром 100 Сосиска отварная 100 Капуста жареная 230 Хлеб пшеничный/ ржаной 75/70 Напиток из шиповника 200	Салат из свежего огурца 100 Жаркое по-домашнему 250/50 Хлеб ржаной/пшеничный 70/75 Чай с сахаром 200
Ужин	Сок 200	Творожок 5% 130	Кисломолочный продукт 200	Фрукт 200	Йогурт 150	Фрукт 200	Йогурт 150

	8-й день Понедельник	9-й день Вторник	10-й день Среда	11-й день Четверг	12-й день Пятница	13-й день Суббота	14-й день Воскресенье
<b>Завтрак</b>	Хлеб с маслом 50/10 Какао с молоком 200	Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Кофейный напиток на молоке 200	Хлеб с маслом 50/10 Чай с молоком 200	Хлеб с маслом и колбасой 50/10/20 Кофейный напиток на молоке 200	Хлеб с маслом 50/10 Какао на молоке 200	Сок 200 Фрукт 300	Сок 200 Фрукт 300
<b>Завтрак</b>	Макаронны отварные с сыром 170 Яйцо 1 шт Хлеб с маслом 50/10 Чай на молоке 200 Фрукт 200	Каша Дружба 170 Хлеб с маслом 50/10 Какао с молоком 200 Фрукт 200	Омлет с колбасой и кукурузой 120/30 Хлеб с маслом 50/10 Кофейный напиток с молоком 200	Суп молочный гречневый 200 Горячий бутерброд 50/5/30/15 Чай с сахаром 200	Пудинг твороженный 225 Повидло 10 Чай с сахаром и лимоном 200 Хлеб пшеничный 50 Фрукт 200	Вареники ленивые с творогом 200/10 Хлеб с маслом 50/10 Яйцо 1 шт Чай с молоком 200	Каша пшеничная 212 Омлет 58 Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Какао на молоке 200
<b>Обед</b>	Салат нежный 100 Борщ на м/к бульоне со сметаной 250/12/5 Курица запеченная (гол) 75 Соус томатный 30 Картофельное пюре 200 Кисель 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из свежих огурцов 100 Рассольник ленинградский на м/к бульоне 250/12 Тефтеля мясная 65/30 Капуста тушеная 230 Чай с лимоном 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Икра баклажанная 100 Суп из овощей на м/к бульоне 250/12 Картофельная запеканка с рыбой 265 Напиток из шиповника 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат картофельный с растительным маслом 100 Суп с крупой рисовой на м/к бульоне 250/12 Гуляш из отварной говядины 50/50 Макаронны отварные 150 Сок 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из белокочанной капусты с кукурузой 100 Щи на курином б-не со сметаной 250/15/5 Котлета рыбная 100 Сельдь Картофель отварной 200 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из свеклы с яблоком 100 Суп картофельный с макаронными и-ми на курином б-не 250/15 Курица отварная 130 Гороховое пюре 155 Напиток из яблок 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/75	Огурец соленый 100 Борщ с фасолью на м/к бульоне со сметаной 250/12/10 Рыба припущенная 140 Рис отварной 250 Соус сметанный с томатом 50 Сок 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/75
<b>Полдник</b>	Кисломолочный продукт 200 Вафли 35	Кисломолочный продукт 200 Булочка Вкусняшка 75	Сок 200 Пирожок с яблоком 100	Кисломолочный продукт 200 Печенье 25	Сок 200 Булочка Домашняя	Кисломолочный продукт 200 Булочка Российская 100	Кисломолочный продукт 200 Печенье 60
<b>Ужин</b>	Салат из свежего помидора с маслом растительным 100 Макаронник с мясом 250 Хлеб ржаной/пшенич 70/75 Компот из сухофруктов 200	Салат из белокочанной капусты 100 Картофельная запеканка с мясом 250 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржаной 70 Напиток из шиповника 200	Винегрет 100 Яйцо 1 шт Зразы рубленые 90 Овощное рагу 260 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Чай с лимоном 200 Фрукт 200	Салат из моркови с чесноком 100 Рыба тушёная в томате с овощами 135/50 Картофель жареный из отварного 250 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Чай с сахаром 200	Салат из свежего огурца 100 Сосиска 100 Запеканка капустная 250 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Напиток из шиповника 200	Икра кабачковая 100 Рыба запечённая в омлете 185 Картофель отварной 250 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Чай с лимоном 200	Салат из моркови с сахаром 100 Азу 250/50 Хлеб ржаной/пшеничный 70/75 Чай с сахаром 200
<b>Ужин</b>	Сок 200	Творожок 5% 130	Йогурт 100	Фрукт 200	Кисломолочный продукт 200	Фрукт 200	Йогурт 100

	15-й день Понедельник	16-й день Вторник	17-й день Среда	18-й день Четверг	19-й день Пятница	20-й день Суббота	21-й день Воскресенье
завтрак	Хлеб с маслом и колбасой 50/10/15 Кофей-й напиток на молоке 200	Хлеб с маслом 50/10 Какао с молоком 200	Хлеб с маслом и колбасой п/к 50/10/30 Чай с молоком 200	Хлеб с маслом и сыром 50/10 /20 Какао с молоком 200	Хлеб с маслом 50/10 Чай с молоком 200	Сок 200 Фрукт 300	Сок 200 Фрукт 300
Завтрак	Каша пшённая 212 Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Чай с сахаром 200	Запеканка из творога 150 Сгущенка 10 Хлеб с маслом 50/10 Чай с сахаром и лимоном 200 Фрукт 200	Омлет натуральный зеленый горошек 112/38 Хлеб с маслом 50/10 Кофе-й напиток на молоке 200 Фрукт 200	Каша геркулесовая 213 Хлеб с маслом 50/10 Чай с молоком 200 Фрукт 200	Суп молочный вермишелевый 200 Хлеб с маслом и сыром 50/10/15 Какао с молоком 200	Сырники из творога со сгущённым молоком 150/10 Яйцо 1 шт. Хлеб с маслом 50/10 Кофейный напиток на молоке 200	Каша манная 207 Омлет 58 Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Чай с молоком 200
Обед	Салат из редьки 100 Суп с макаронными изделиями на курином бульоне 250/15 Плов 200/50 Кисель 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из свежих огурцов и помидор)100 Щи на курином б-не со сметаной 250/15/5 Кнели из кур 55 Соус томатный 30 Каша гречневая рассыпчатая 200 Сок 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат « Розовый» 100 Суп картофельный с рисом рыбный 250/27 Котлета мясная 80 Овощное рагу 200 Напиток из шиповника 200 Хлеб ржаной /пшеничный 50/50	Салат из свежих помидор 100 Борщ с фасолью на м/к бульоне со сметаной 250/12/5 Рыба тушеная в томате с овощами 135/50 Картофельное пюре 200 Кисель 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Икра кабачковая 100 Рассольник ленинградский на м/к бульоне 250/12 Бигус 230 Напиток из чернослива 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из свеклы и чеснока 100 Суп картофельный на курином б-не 250/15 Рыба в омлете 185 Картофельное пюре 252 Хлеб ржаной/пшеничный 50/75 Сок 200	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 100 Суп картофельный с пшеном рыбный 250/27 Зразы рубленые 90 Рис отварной 250 Соус сметанный с томатом 50 Напиток из сухофруктов 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/75
Полдник	Сок 200 Булочка домашняя 75	Кисломолочный продукт 200 Ватрушка творожная 85	Сок 200 Печенье 35	Кисломолочный продукт 200 Булочка Вкусняшка 75	Сок 200 Пряник 30	Кисломолочный продукт 200 Пирожок с повидлом 100	Кисломолочный продукт 200 Пирожок с капустой 100
Ужин	Салат из соленых огурцов 100 Жаркое по-домашнему 250 Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Хлеб ржаной 70 Напиток из шиповника 200	Салат из моркови и чеснока 100 Рыба запечённая в сметанном соусе с картофелем 435 Сельдь 35 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Чай с сахаром 200	Икра баклажанная 100 Биточки рыбные 100 Рис отварной 250 Соус сметанный с томатом 50 Хлеб ржаной/пшеничный 50/70 Чай с сахаром 200	Винегрет 100 Азу 250/60 Хлеб с маслом 50/10 Хлеб ржаной 70 Чай с лимоном 200	Огурец свежий 100 Курица запечённая 135 Каша гречневая 240 Соус томатный 50 Хлеб пшеничный/ ржаной 70/50 Чай с сахаром 200	Салат из моркови с сахаром 100 Сосиска отварная 60 Капуста жареная 230 Хлеб пшеничный/ ржаной 75/70 Напиток из шиповника 200	Салат из белокочанной капусты с кукурузой 100 Жаркое по-домашнему 250/70 Хлеб ржаной/пшеничный 70/75 Чай с сахаром 200 Фрукт 200
Ужин	Сок 200	Творожок 5% 130	Йогурт 200	Фрукт 200	Фрукт 200	Фрукт 200	Йогурт 150

	22-й день Понедельник	23-й день Вторник	24-й день Среда	25-й день Четверг	26й день Пятница	27-й день Суббота	28-й день Воскресенье
<b>Завтрак</b>	Хлеб с маслом 50/10 Какао с молоком 200	Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Кофейный напиток на молоке 200	Хлеб с маслом 50/10 Чай с молоком 200	Хлеб с маслом и сыром 50/10/15 Кофейный напиток на молоке 200	Хлеб с маслом и колбасой 50/10/15 Какао на молоке 200	Сок 200 Фрукт 300	Сок 200 Фрукт 300
<b>Завтрак</b>	Макароны отварные с сыром 170 Яйцо 1 шт Хлеб с маслом 50/10 Чай с сахаром 200 Фрукт 200	Каша Дружба 170 Хлеб с маслом и колбасой 50/10/20 Какао с молоком 200 Фрукт 200	Омлет с колбасой 120 Кофейный напиток с молоком 200 Хлеб с маслом 50/10	Пудинг твороженный 225 Повидло 10 Хлеб пшеничный 50 Чай с сахаром 200	Суп молочный гречневый 200 Горячий бутерброд 100 Чай с сахаром и лимоном 200 Фрукт 200	Вареники ленивые с творогом 200/10 Хлеб с маслом 50/10 Яйцо 1 шт Чай с молоком 200	Каша пшеничная 212 Омлет 58 Хлеб с маслом и сыром 50/10/20 Какао на молоке 200
<b>Обед</b>	Салат нежный 100 Борщ на курином б-не 250/15 Курица запечённая (гол) 75 Соус томатный 30 Каша гречневая 130/5 Кисель 200 Хлеб ржаной/пшенич50/50	Салат из редьки 100 Суп картофельный с клёцками на м/к бульоне 250/12/30 Тефтеля мясная 65/30 Гороховое пюре 155 Чай с лимоном 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Икра баклажанная 100 Рассольник ленинградский на м/к бульоне со сметаной 250/12/5 Рыба тушёная с овощами 135/50 Картофельное пюре 200 Напиток из шиповника 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат картофельный с растительным маслом 100 Суп с крупой рисовой на м/к бульоне 250/12 Жаркое по-домашнему 230 Сок 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из свежего огурца 100 Щи из свежей капусты на м/к бульоне со сметаной 250/12/5 Котлета рыбная 95 Картофель отварной 200 Компот из сухофруктов 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/50	Салат из свеклы с яблоком 100 Суп картофельный с макаронными изделиями на курином б-не 250/15 Курица отварная 130 Капуста тушенная 230 Напиток из яблок 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/75	Огурец соленый 100 Борщ на м/к бульоне со сметаной 250/12/5 Рыба припущенная 140 Рис отварной 250 Соус сметанный с томатом 50 Сок 200 Хлеб ржаной/пшеничный 50/75
<b>Полдник</b>	Кисломолочный продукт 200 Крендель сахарный 75	Кисломолочный продукт 200 Булочка Веснушка 75	Сок 200 Печенье 30	Кисломолочный продукт 200 Булочка Российская 100	Сок 200 Печенье 30	Кисломолочный продукт 200 Пирожок с картошкой 100	Кисломолочный продукт 200 Пирожок с яблоком 100
<b>Ужин</b>	Икра кабачковая 100 Рыба тушёная с овощами 135/50 Картофель отварной 250 Хлеб ржаной/пшенич70/50 Чай с лимоном 200	Салат из белокочанной капусты 100 Картофельная запеканка с мясом 250 Хлеб пшеничный 50 Хлеб ржаной 70 Напиток из шиповника 200	Винегрет 100 Зеленый горошек 25 Макаронник с мясом 250 Яйцо 1 шт Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Чай с лимоном 200 Фрукт 300	Салат из моркови с чесноком 100 Рыба запечённая в омлете 185 Картофель жареный из отварного 250 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Чай с сахаром 200	Салат из белокочанной капусты с кукурузой 100 Гуляш из отварной говядины 80/50 Каша гречневая рассыпчатая 250 Хлеб ржаной/пшеничный 70/50 Напиток из шиповника 200	Салат свежего помидора с маслом растительным 100 Сосиска 60 Овощное рагу 260 Хлеб ржаной/пшенич70/75 Компот из сухофруктов 200	Салат из моркови с сахаром 100 Азу 250/50 Хлеб ржаной/пшеничный 70/75 Чай с сахаром 200
<b>Ужин</b>	Сок 200	Творожок 150	Кисломолочный продукт 200	Фрукт 200	Фрукт 200	Сок 200	Йогурт 200