


УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ЛО «Тихвинский ресурсный центр»



 /И.В. Шалагина

Приказ № 354 от 05.08.2024года

Четырнадцатидневное меню для воспитанников государственного бюджетного учреждения Ленинградской области

центр помощи детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей

«Тихвинский ресурсный центр по содействию семейному устройству»

в возрасте с 12 и старше лет (весна-лето)

МЕНЮ

12 лет и старше

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ 250	КАША МАННАЯ 250	КАША ПШЕНИЧНАЯ 250	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	КАША "ДРУЖБА" 250	КАША ПШЕННАЯ 250	КАША ЯЧНЕВАЯ 250
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 95	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 100	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ 100	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 100	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 100	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 95	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 100
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 50
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50
						ЧАЙ С МОЛОКОМ 200
II Завтрак						
СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕДИСА 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 100	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 100	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ 100
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 300	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 300	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 300	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 300	ЩИ СО СМЕТАНОЙ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 300
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 300	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 230	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 230	РИС ОТВАРНОЙ 200	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 230	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ 120	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ 120	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 120	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ 100	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 120
ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 80	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60
Полдник						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 200
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 200	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 120	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ 170	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 140	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 220	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 140
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОУС СМЕТАННЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100				
Ужин						

МЕНЮ

12 лет и старше

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 250	КАША "ДРУЖБА" 250	КАША РИСОВАЯ 250	ОМЛЕТ С СЫРОМ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 250	КАША ПШЕНИЧНАЯ 250	ОМЛЕТ С СЫРОМ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 100	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 100	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 120	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 95	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 140
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 50
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
II Завтрак						
СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200	СОК 200
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 140	САЛАТ ЛЕТНИЙ 100	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ И ЯЙЦОМ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 100	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 130	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 140
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 300	СУП С КЛЕЦКАМИ 250	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 300	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	ЩИ СО СМЕТАНОЙ 300
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 230	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 230	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 230	РИС ОТВАРНОЙ 200	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 230	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 230
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 100	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ 100	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 100	РЫБА ОТВАРНАЯ 120	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ 120	МЯСО ОТВАРНОЕ 100	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ 120
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 50	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ РЖАНОЙ 150 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
Полдник						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 200	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 200	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 200	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 140	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
Ужин						

