

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 от 7-11 лет (осень-зима)**

# МЕНЮ

## 7-11 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день
<b>Завтрак</b>						
КАША ПШЕННАЯ 200	КАША МАННАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200	КАША "ДРУЖБА" 200	КАША ПШЕННАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ 200
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 85	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 80	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ 75	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 85	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 80	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 85	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 80
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
<b>II Завтрак</b>						
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
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 100	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 100	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С МАСЛОМ 100	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ 100	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ 100
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 250	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 250	ЩИ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 300	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150	РИС ОТВАРНОЙ 180	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ 100	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ 100	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 100	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ 100	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 100
ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	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 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 70	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
<b>Полдник</b>						
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 160	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 100	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 120	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 200	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 120
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	СОУС СМЕТАННЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100				



# МЕНЮ

## 7-11 лет

8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
<b>Завтрак</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 200	КАША "ДРУЖБА" 200	КАША РИСОВАЯ 200	ОМЛЕТ С СЫРОМ 200	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ 200	КАША ПШЕНИЧНАЯ 200	ОМЛЕТ С СЫРОМ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 85	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 80	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 85	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 90	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 85	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ 75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 100
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
<b>II Завтрак</b>						
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
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 100	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 100	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С МАСЛОМ 100	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 100	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 100	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 100	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 100
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП С КЛЕЦКАМИ 250	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 250	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	ЩИ СО СМЕТАНОЙ 250
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	РИС ОТВАРНОЙ 180	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 180	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 100	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ 100	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ 100	РЫБА ОТВАРНАЯ 100	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ 100	МЯСО ОТВАРНОЕ 100	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ 100
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 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50			
<b>Полдник</b>						
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 160	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 130/20	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 150	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 160	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 120	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 180	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 100
<b>Ужин</b>						

