

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

«Утверждаю»
 Директор ДПО «Центр развития образования»
 30.08.2026 г.

Понедельник – 1 день		Вторник – 2 день		Среда – 3 день		Четверг – 4 день		Пятница – 5 день	
Завтрак Каша рисовая на молоке со сливочным маслом Бутерброд с маслом Чай с молоком		Завтрак Каша ячневая на молоке со сливочным маслом Бутерброд с сыром Чай с сахаром		Завтрак Каша пшенная на молоке со слив. маслом Бутерброд со сливочным маслом Чай с сахаром		Завтрак Каша манная на молоке со сливочным маслом Бутерброд с повидлом Какао с молоком		Завтрак Каша пшеничная на молоке со сливочным маслом Бутерброд с сыром Чай с сахаром	
Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан		Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан		Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан		Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан		Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан	
Обед Суп картофельный с крупой Тефтели мясные в сметанном соусе Макаронные изделия отварные Салат из свежей моркови Хлеб дарницкий Компот из сухофруктов		Обед Булдон куриный с вермишелью Гренки из пшеничного хлеба Рулённые биточки с томатным соусом Рис отварной Салат из свежих овощей Хлеб дарницкий Кисель		Обед Суп-пюре из разных овощей Бефстроганов из отварного мяса Греча рассыпчатая Свежие огурцы/помидоры (порционно) Хлеб дарницкий Компот из свежих яблок		Обед Суп картофельный с макаронными изделиями Капуста тушеная с курицей Салат из свежих огурцов Хлеб дарницкий Кисель		Обед Суп картофельный с бобовыми Гуляш из отварного мяса Макаронные изделия отварные Свежие огурцы/помидоры (порционно) Хлеб дарницкий Компот из сухофруктов	
Полдник Снежок / кефир Печенье/сушка/сухари		Полдник Какао с молоком Печенье/сушка/сухари		Полдник Напиток из плодов шиповника Печенье/сушка/сухари		Полдник Чай с молоком Печенье/сушка/сухари		Полдник Чай с повидлом Печенье/сушка/сухари	
Ужин Рагу из овощей Хлеб пшеничный Компот из свежих яблок		Ужин Творожная запеканка Хлеб пшеничный Чай с лимоном		Ужин Макаронны отварные с сыром Хлеб пшеничный Чай с лимоном		Ужин Рыба припущенная с картофелем пюре Хлеб пшеничный Чай с сахаром		Ужин Голубцы ленивые с молочным соусом Хлеб пшеничный Какао с молоком	

Понедельник – 6 день	Вторник – 7 день	Среда – 8 день	Четверг – 9 день	Пятница – 10 день
Завтрак Каша геркулесовая на молоке со сливочным маслом Бутерброд с сыром Кофейный напиток с молоком	Завтрак Суп молочный с макаронными изделиями Бутерброд с маслом сливочным Какао с молоком	Завтрак Каша кукурузная вязкая со сливочным маслом Бутерброд с повидлом Чай с лимоном	Завтрак Каша из смеси круп с яблоками со сливочным маслом Бутерброд со сливочным маслом Какао с молоком	Завтрак Каша гречневая на молоке со сливочным маслом Бутерброд с сыром Чай с лимоном
Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан	Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан	Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан	Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан	Фруктовый завтрак Яблоко/груша/банан
Обед Щи из свежей капусты с картофелем Печень по-строгановски Греча рассыпчатая Салат из свежеты Хлеб дарницкий Кисель	Обед Борщ с капустой и картофелем со сметаной Птица отварная в сметанном соусе с томатами Рис отварной Салат из свежих огурцов Хлеб дарницкий Компот из кураги	Обед Рассольник Ленинградский Жаркое по-домашнему Свежие огурцы/помидоры (порционно) Хлеб дарницкий Компот из свежих плодов	Обед Суп с рыбными консервами Котлеты рубленные из птицы Рагу из овощей Салат из свежих помидоров с луком Хлеб дарницкий Кисель	Обед Суп с мясными фрикадельками Макаaronник с мясом / печенью Свежие огурцы/помидоры (порционно) Хлеб дарницкий Компот из сухофруктов
Полдник Чай с лимоном Печенье/сушка/сухари	Полдник Молоко кипяченое Печенье/сушка/сухари	Полдник Сок яблочный / напиток из плодов шиповника Печенье/сушка/сухари	Полдник Чай с сахаром Печенье/сушка/сухари	Полдник Снежок / кефир Печенье/сушка/сухари
Ужин Фрикадельки мясные с перловой крупой Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Ужин Салат из картофеля с зеленым горошком и свежим огурцом Хлеб пшеничный Чай с лимоном	Ужин Оладьи из творога с вареньем Салат из моркови и яблок Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Ужин Салат из свежих огурцов Пирог открытый Компот из свежих плодов	Уплотненный полдник Плов из птицы Хлеб пшеничный Чай с сахаром