



«Утверждаю»
 директор СШГИ им. И.Алтынсарина
 Ы.С.Келинбердиева

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ЗИМА-ВЕСНА

на 2022-2023 учебный год

2 неделя

	<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>	<i>Суббота</i>	<i>Воскресенье</i>
<i>завтрак</i>	Каша геркулесовая на молоке со сливочным маслом. Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом. Сыр колбасный. Чай./ Конфеты	Каша пшеничная на молоке Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом. Яйцо варенное Чай со сгущ. молоком	Каша рисовая со сливочным маслом. Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом и колбасой Кофейный напиток. Йогурт в стаканчике	Суп молочный с вермишелью Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом Какао на молоке Курага/Изюм	Каша молочная Дружба со сливочным маслом. Хлеб пшеничный ржаной со сливочным маслом. Сыр голландский. Чай с молоком Шоколадный батончик	Омлет Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом Сыр колбасный Кофейный напиток Йогурт в стаканчике	Каша манная Хлеб пшеничный ржаной со сливочным маслом. Колбаса Какао с молоком Конфеты
<i>II завтрак</i>	Фрукты Сок /выпечка	Фрукты Сок/выпечка	Фрукты Сок /выпечка	Фрукты Сок/выпечка	Фрукты Сок /выпечка	Фрукты Сок /выпечка	Фрукты Сок/выпечка
<i>Обед</i>	Винегрет (картофель, свекла, морковь, капуста) Суп « Лапша домашняя»(м/кур) Котлета с томатным соусом. Картофельное пюре Хлеб пшеничный, ржаной Компот из сухоф.	Салат из св.капусты с морковью и сладким перцем Суп свекольный со сметаной Курица тушенная в сметане. Гречка Хлеб пшеничный, ржаной Компот из свежих фруктов.	Салат свекольный с луком Суп Харчо. Азу по-татарски Хлеб пшеничный, ржаной Кисель	Салат витаминный Рассольник со сметаной Рыба (горбуша) в сметанном соусе. Картофельное пюре. Хлеб пшеничный, ржаной Чай	Салат овощной(картоф. свекла морковь. огурец солен) Борщ со сметаной Плов Хлеб пшеничный, ржаной Чай с медом (20 гр)	Салат морковный Суп гречневый Тефтели Рис припущенный Хлеб пшеничный, ржаной Компот из сухофруктов	Салат капустно-морковный Суп с фрикадельками Голубцы Отварной картофель Хлеб пшеничный ржаной Чай

<i>полдник</i>	Выпечка Кисель	Булочка домашняя Компот из сухофруктов	Выпечка Чай	Пирожки печенные с мясом Кисель	Ватрушка с повидлом Компот из сухофруктов	Барни Сок	Печенье Сок
<i>ужин</i>	Салат морковный с луком и чесноком Плов Хлеб пшеничный, ржаной с маслом Чай с молоком Фрукты	Огурцы соленн Домашнее жаркое Хлеб пшеничный, ржаной с маслом Чай Фрукты	Винегрет <i>(картофель, свекла, морковь, капуста)</i> Гуляш с рожками Хлеб пшеничный, ржаной с маслом Компот Фрукты	Творожная запеканка со сгущ. молоком Зразы с овощами Рис припущенный Хлеб пшеничный, ржаной с маслом Чай с молоком Фрукты	Салат свекольный с чесноком Бигус Хлеб пшеничный, ржаной с маслом Какао на молоке Фрукты	Салат из свежей капусты с огурцом Азу по-татарски Хлеб пшеничный, ржаной со сливочным маслом Чай Фрукты	Овощной салат Гуляш Макароны Хлеб пшеничный ржаной с маслом Чай с молоком. Фрукты
<i>II ужин</i>	Выпечка Йогурт питьевой	Выпечка Катык	Выпечка Ряженка	Выпечка Снежок	Печенье Йогурт питьевой	Вафли Ряженка	Выпечка Катык

д/сестра Баймурзина Л.Б.