

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ГКПОУ МО "Сергиево-посадский СЭТ"

Е.А.Храпова

2022 г.

**Примерное меню на 14 дней для обучающихся,  
состоящих на полном государственном обеспечении**



Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ЗАВТРАК</b>	<b>ЗАВТРАК</b>
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом Бутерброд с маслом и повидлом Какао с молоком Кондитеские изделия Хлеб пшен. Хлеб ржаной	Пудинг из творога со сгущ. молоком Бутерброд с сыром Молоко Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Суп молочный рисовый Кофейный напиток Бутерброд с маслом Кондитеские изделия Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Омлет натур.с маслом и овощами Какао с молоком Бутерброд с сыром маслом Кондитеские изделия Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Каша манная молочная с маслом Бутерброд с сыром Чай с сахаром Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Каша рисовая молочная с маслом Напиток кофейный Бутерброд с маслом Йогурт Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Суфле творожное со сгущ. молоком Бутерброд с повидлом Какао с молоком Хлеб пшен. Хлеб ржан.
<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>
Нарезка из отварной моркови с огурцом Суп из овощей с курицей со сметаной Оладьи из печени Картофель отварной Компот из сухофруктов	Салат рыбный с зел, горошком и яйцом Борщ из свежей капусты Сосиски отварные с маслом Макароны отварные Компот из яблок и груш	Нарезка из отварных овощей с зел, горошком Уха рыбацкая Азу из говядины Пюре картофельное Отвар из шиповника	Нарезка из отварной моркови с маслом Суп гороховый с сухариками и курицей Курица запеченая Овощи припущенные Компот из сухофруктов	Горошек зеленый Суп макарон, издел. картофелем с курицей Рыба запеченая в омлете Картофель отварной Компот из апельсинов с яблоками	Нарезка из отварной свеклы с чесноком Суп картофельный с крупой с мясом Биточки из мяса с маслом слив. Овощи тушеные Отвар из шиповника	Салат из капусты Суп рыбными консервами Суфле из говядины с маслом Пюре картофельное Компот из сухофруктов

Хлеб пшен. Хлеб ржаной	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.
УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН	УЖИН
Яйцо отварное	Огурцы свежие	Котлета из мяса с маслом сливочным	Помидоры свежие	Оладьи со сгущенкой	Сосиски отварные с маслом	Мясо тушеное
Курица запеченая	Шницель рыбный натуральный	Рагу овощное	Запеканка картофельная с мясом с маслом	Говядина тушеная с капустой	Макароны отварные	Гречка отварная
Рис припущенный с кукурузой	Картофель запеченый в сметанном соусе	Сок	Сок	Сок	Сок	Чай с лимоном
Сок	Кисель из яблок	Фрукты	Фрукты	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Фрукты
Хлеб пшен. Хлеб ржаной	Фрукты	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.			Хлеб пшен. Хлеб ржан.
	Хлеб пшен. Хлеб ржан.					Сок
УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2
Плюшка "Новомосковская"	Кондитеские изделия	Булочка" Веснушка"	Кондитеские изделия	Ватрушка с творожным фаршем	Кондитеские изделия	Пирог открытый с яблоками
Кондитеские изделия	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты
Фрукты	Йогурт	Кефир	Йогурт	Молоко	Йогурт	Кисломолоч напиток
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
Суп молочный с вермешелью	Каша гречневая с маслом	Омлет с маслом и овощами	Каша боярская(пшено с изюмом)	Каша " Дружба" с маслом	Запеканка из творога со сгущ молоком	Каша Пшенная жидкая
Бутерброд с сыром	Бутерброд с сыром и маслом	Какао с молоком	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с повидлом	Бутерброд с маслом
Чай с сахаром	Кофейный напиток	Бутерброд с маслом и повидлом	Чай с сахаром	Кофейный напиток	Какао со сгущ молоком	Чай с сахаром
Кондитеские изделия	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Йогурт	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Хлеб пшен. Хлеб ржан.	Кондитеские изделия

Хлеб пшен. Хлеб ржан.		Хлеб пшен. Хлеб ржан.				Хлеб пшен. Хлеб ржан.
<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>	<b>ОБЕД</b>
<p>Помидоры свежие</p> <p>Рассольник "Ленинградский" на м/б со сметаной</p> <p>Бефстроганов из отварной говядины</p> <p>Картофель отварной</p> <p>Компот из кураги</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Икра кабачковая</p> <p>Свекольник на вег/б со сметаной</p> <p>Курица запеченая</p> <p>Макароны отварные</p> <p>Отвар из шиповника</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Салат из моркови с яблоками</p> <p>Солянка домашняя со сметаной</p> <p>Гуляш из говядины</p> <p>Перловка с овощами</p> <p>Компот из сухофруктов</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Салат из капусты и свеклы</p> <p>Суп фасолевый на курином бульоне</p> <p>Суфле из кур с маслом</p> <p>Картофель отварной</p> <p>Компот из свежих яблок</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Огурцы свежие</p> <p>Суп "Волна" с мясом</p> <p>Рыба по татарски</p> <p>Отвар из шиповника</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Нарезка из отварной моркови с маслом</p> <p>Щи из св капусту с картофелем, мясом, сметаной</p> <p>Плов</p> <p>Компот из сухофруктов</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Помидоры свежие</p> <p>Суп лапша с курицей</p> <p>Печень тушеная в соусе</p> <p>Пюре картофельное</p> <p>Компот из апельсинов с яблоками</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>
<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>	<b>УЖИН</b>
<p>Суфле из кур с маслом</p> <p>Рис припущенный с овощами</p> <p>Сок</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Салат рыбный с зел. горош. и яйцом</p> <p>Капуста тушеная с сосисками</p> <p>Чай с молоком</p> <p>Сок</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Рыба запеченая</p> <p>Пюре картофельное</p> <p>Чай с лимоном</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p> <p>Сок</p>	<p>Икра кабачковая</p> <p>Печень тушеная в соусе</p> <p>Рис припущенный</p> <p>Сок</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Говядина тушеная с капустой</p> <p>Чай с молоком</p> <p>Фрукты</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p> <p>Сок</p>	<p>Рыба запеченая в омлете</p> <p>Овощи припущенные</p> <p>Сок</p> <p>Фрукты</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>	<p>Салат из свеклы с черносливом</p> <p>Рулет из мяса с луком</p> <p>Гречка отварная</p> <p>Сок</p> <p>Хлеб пшен. Хлеб ржан.</p>
<b>УЖИН 2</b>	<b>УЖИН 2</b>	<b>УЖИН 2</b>	<b>УЖИН 2</b>	<b>УЖИН 2</b>	<b>УЖИН 2</b>	<b>УЖИН 2</b>
<p>Фрукты</p> <p>Кондитеские изделия</p> <p>Йогурт</p> <p>Молоко</p>	<p>Булочка творожная</p> <p>Кисломолочный напиток</p> <p>Фрукты</p>	<p>Лепешка наливная</p> <p>Фрукты</p> <p>Кисломолочный напиток</p>	<p>Пирог закрытый с капустой</p> <p>Фрукты</p> <p>Молоко</p>	<p>Сырники творожные со сгущ. молоком</p> <p>Йогурт</p> <p>Молоко</p>	<p>Булочка домашняя</p> <p>Фрукты</p> <p>Кисломолочный напиток</p> <p>Кондитеские изделия</p>	<p>Ватрушка царская</p> <p>Фрукты</p> <p>Молоко</p>