

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Каскад»

Н.А.Елькина

06 04 2026 год



СОГЛАСОВАНО

Директор MAOY Гимназия №8

Н.А.Швидко



06 04 2026 год

**Основное десятидневное меню для детей 12 лет и старше**

(за счет средств родителей 210 рублей 00 копеек).

**Проект «Кофе Дягилев Балет»**

1 вариант			2 вариант		
№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	№ п/п	Наименование блюда	Выход, г
<b>1 день (понедельник)</b>					
1	Салат из моркови по-восточному	100	1	Салат из помидор с сыром, льняным маслом	100
2	Индейка тушеная в молочном соусе с макаронными изделиями	250	2	Макаронные изделия с мясным соусом по-итальянски (свинина/говядина)	250
3	Чай с сахаром, лимоном	200	3	Чай с сахаром	200
4	Блинчик с вишней	80	4	Блинчик с вишней	80
5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20
<b>2 день (вторник)</b>					
1	Салат -бар (Вариант 20)-помидоры свежие, капуста пекинская, морковь, гренки, масло растительное с добавлением льняного, лимонный сок	100	1	Салат -бар (Вариант 20)-помидоры свежие, капуста пекинская, морковь, гренки, масло растительное с добавлением льняного, лимонный сок	100
2	Рыба (горбуша), запеченная с овощами	100	2	Рыба (филе минтая) запеченная с помидором, сыром	100
3	Пюре картофельное	180	3	Картофель, запеченный дольками	180
4	Чай с сахаром	200	4	Напиток из брусники	200
5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20
6	Хлеб ржаной	20	6	Хлеб ржаной	20
<b>3 день (среда)</b>					
1	Салат «Цезаренок» (помидоры свежие, сыр, капуста пекинская, яйца, гренки, масло растительное, чеснок)	100	1	Овощи свежие в нарезке (огурец, помидор)	100
2	Каша гречневая с курой по-царски	250	2	Филе кури в сырной корочке	100
3	Отвар шиповника	200	3	Макаронные изделия отварные «Ассорти»	180
4	Выпечка в ассортименте	50	4	Чай с сахаром	200
5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	5	Выпечка в ассортименте	50
			6	Хлеб пшеничный витаминизированный	20

**4 день (вторник)**

1	Салат – бар (Вариант 8)-помидоры свежие, капуста пекинская, свекла, сыр, гренки, масло растительное с добавлением льняного, лимонный сок	100	1	Салат – бар (Вариант 8)-помидоры свежие, капуста пекинская, свекла, сыр, гренки, масло растительное с добавлением льняного, лимонный сок	100
2	Котлета по-киевски «Школьная»	100	2	Свинина запеченная под сыром	100
3	Пюре из картофеля с капустой брокколи	180	3	Сложный гарнир (рис припущенный с куркумой, фасоль отварная с маслом сливочным)	120/60
4	Чай с сахаром, лимоном	200/7	4	Напиток из смородины	200
5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20

**5 день (пятница)**

1	Салат из огурцов и помидор с льняным маслом	100	1	Салат из огурцов и помидор с льняным маслом	100
2	Горячий бутерброд с котлетой из филе цыпленка	265	2	Горячий бутерброд с котлетой из говядины	250
3	Напиток из брусники	200	3	Напиток лимонный	200

**6 день (понедельник)**

1	Салат «Хрустик»	100	1	Овощи свежие со сладким перцем	100
2	Филе минтая запеченное, панированное (наггетсы)	100	2	Филе скумбрии запеченное с овощами	75/25
3	Пюре картофельное	180	3	Рис припущенный с куркумой	180
4	Чай с сахаром	200/10	4	Напиток вишневый	200
5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20
6	Хлеб ржаной	20	6	Хлеб ржаной	20

**7 день (вторник)**

1	Салат – бар (Вариант 1) - помидор, пекинская капуста, кукуруза консервированная, сыр тертый, масло растительное с добавлением льняного, лимонный сок	100	1	Салат – бар (Вариант 1) - помидор, пекинская капуста, кукуруза консервированная, сыр тертый, масло растительное с добавлением льняного, лимонный сок	100
2	Филе голени индейки тушенное в сметанном соусе	60/50	2	Макаронные изделия с мясным соусом по-итальянски	250
3	Каша гречневая вязкая с овощами	180	3	Чай с сахаром, лимоном	207
4	Напиток из смородины	200	4	Хлеб пшеничный витаминизированный	20
5	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	5	Хлеб ржаной	20
6	Хлеб ржаной	20			

**8 день (среда)**

1	Помидор пикантный	30	1	Огурчик пикантный	30
2	Свинина с овощами в кисло-сладком соусе	75/50	2	Фрикадельки мясные с отрубями, с чесночно-сливочным соусом	75/50
3	Рис по-турецки с вермишелью	180	3	Картофель, запеченный дольками	180
4	Напиток из брусники	200	4	Чай с сахаром	200
5	Блины классические со сгущенным молоком	100/10	5	Блины классические со сгущенным молоком	100/10
6	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	6	Хлеб пшеничный витаминизированный	20

**9 день (четверг)**

1	Салат – бар (Вариант 9) – морковь, пекинская капуста, сыр, гренки, масло растительное с добавлением льняного, зелень, лимонный сок	100	1	Салат – бар (Вариант 9) – морковь, пекинская капуста, сыр, гренки, масло растительное с добавлением льняного, зелень, лимонный сок	100
2	Пельмени в горшочке с бульоном, сметаной и зеленью	250	2	Лагман по-школьному	250
3	Напиток вишневый	200	3	Чай с сахаром	200/10
4	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	4	Хлеб пшеничный витаминизированный	20

**10 день (пятница)**

1	Огурчик пикантный	30	1	Помидор пикантный	30
2	Гречневая лапша с курой, овощами и черносливом	250	2	Жаркое по-домашнему	250
3	Напиток из смородины	200	3	Компот из смеси сухофруктов	200
4	Булочка с отрубями и кунжутом	40	4	Булочка с отрубями и кунжутом	40
5	Запеканка из творога со сгущенным молоком	50/10	5	Запеканка из творога с повидлом	50/10