

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №3 «Образовательный центр»
города Нефтегорска муниципального района Нефтегорский Самарской области
446600:Самарская область, г. Нефтегорск, ул. Нефтяников, д.35
Тел. (факс):8(846 70)2-22-38; E-mail: sch3_nft@samara.edu.ru



УТВЕРЖДАЮ
Директора ГБОУ СОШ № 3

г.Нефтегорска
Д.Д.Токарев

Примерное сезонное (осень – зима) десятидневное меню

для детей в возрасте до 3-х лет,

посещающих структурные подразделения государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения Самарской области средней
общеобразовательной школы № 3 «Образовательный центр» города
Нефтегорска муниципального района Нефтегорский Самарской области –
Детский сад «Сказка» г. Нефтегорска, Детский сад «Дельфин» г.
Нефтегорска, Детский сад с. Кулешовка

Нефтегорск, 2023 г.

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1. Каша рисовая молочная 2. Кофейный напиток 3. Батон 10.00 Сок	1. Каша геркулесовая 2. Чай с молоком 3. Бутерброд с сыром 10.00 Сок	1. Каша пшеничная молочная 2. Какао с молоком 3. Бутерброд с повидлом 10.00 Сок	1. Каша пшеничная молочная 2. Какао с молоком 3. Бутерброд с сыром 10.00 Сок	1. Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 2. Гречневый плов из курицы 3. Салат "Чипполино" 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб пшеничный	1. Суп полевой на м/к бульоне 2. Картофельное пюре 3. Биточки паровые 4. Салат из свеклы 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный	1. Солянка овощная на м/к бульоне 2. Голубцы ленивые 3. Соус томатный 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб ржаной 6. Хлеб пшеничный	1. Каша пшеничная молочная 2. Кофейный напиток 3. Бутерброд с сыром 10.00 Яблока	1. Суп с клецками на курином бульоне 2. Рис отварной 3. Печень тушенная со сметанным соусом 4. Салат из свежей капусты 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный	
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
1. Рассольник на м/к бульоне со сметаной 2. Макароны отварные 3. Гуляш из отварного мяса 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб ржаной 6. Хлеб пшеничный	1. Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 2. Гречневый плов из курицы 3. Салат "Чипполино" 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб пшеничный	1. Суп полевой на м/к бульоне 2. Картофельное пюре 3. Биточки паровые 4. Салат из свеклы 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный	1. Суп полевой на м/к бульоне 2. Картофельное пюре 3. Биточки паровые 4. Салат из свеклы 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный	1. Солянка овощная на м/к бульоне 2. Голубцы ленивые 3. Соус томатный 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб ржаной 6. Хлеб пшеничный	1. Суп с клецками на курином бульоне 2. Рис отварной 3. Печень тушенная со сметанным соусом 4. Салат из свежей капусты 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный	1. Суп с клецками на курином бульоне 2. Рис отварной 3. Печень тушенная со сметанным соусом 4. Салат из свежей капусты 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный			
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1. Омлет 2. Кисель 3. Хлеб пшеничный	1. Пирог "КУХ" 2. Снежок	1. Запеканка рисово-творожная 2. Кисель	1. Запеканка рисово-творожная 2. Кисель	1. Картофель тушенный 2. Сельдь соленая 3. Чай с лимоном 4. Хлеб пшеничный	1. Картофель тушенный 2. Сельдь соленая 3. Чай с лимоном 4. Хлеб пшеничный	1. Картофель тушенный 2. Сельдь соленая 3. Чай с лимоном 4. Хлеб пшеничный	1. "Уха" 2. Чай с лимоном 3. Хлеб пшеничный		

6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1. Каша кукурузная молочная 2. Кофейный напиток 3. Бутерброд с повидлом 10.00 Сок		1. Каша манная молочная 2. Какао с молоком 3. Батон с сыром 10.00 Сок		1. Каша "Дружба" молочная 2. Кофейный напиток с молоком 3. Батон с повидлом 10.00 Сок		1. Кулеш пшеничный 2. Какао с молоком 3. Бутерброд с сыром 10.00 Фрукт (банан)		1. Каша ячневая молочная 2. Кофейный напиток 3. Батон 10.00 Сок	
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
1. Суп гороховый на м/к бульоне 2. Пероловая каша 3. Гуляш из отварного мяса 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб пшеничный		1. Борщ со сметаной на курином бульоне 2. Каша пшеничная 3. Котлеты из курицы 4. Салат из моркови и изюма 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный		1. Щи на м/к бульоне со сметаной 2. Картофельное пюре 3. Тефтели мясные 4. Салат "Чипполино" 5. Напиток из шиповника 6. Хлеб ржаной 7. Хлеб пшеничный		1. Свекольник на курином бульоне 2. Гречневый плов с курицей 3. Компот из сухофруктов 4. Хлеб пшеничный 5. Хлеб ржаной		1. Суп картофельный с фасолью на курином бульоне 2. Жаркое по домашнему 3. Напиток из шиповника 4. Хлеб пшеничный	
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1. Салат овощной (винегрет) 2. Пловка 3. Кисель		1. Омлет 2. Кисель 3. Печенье 4. Хлеб пшеничный		1. Лапшевник с творогом 2. Ряженка		1. Рис отварной 2. Рыба, припущенная с овощами 3. Чай с лимоном 4. Хлеб пшеничный		1. Пирожок с капустой 2. Кисель	