

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