

**Четырнадцатидневное меню ГКОУ УР «Соколовская школа-интернат»  
для обучающихся с муковисцидозом**

	МЕНЮ	Возраст	
		7-11	12-18
	<b>1-й день</b>		
Завтрак	Суп молочный с крупой	250	300
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Печенье	10	15
Обед	Салат из свеклы с черносливом	100	150
	Суп картофельный с бобовыми	250	250
	Колобки мясо-картофельные	100	120
	Соус молочный	50	50
	Капуста тушеная	200	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	20	60
	Хлеб ржаной	30	40
Полдник	Макароны отварные с овощами	150	200
	Суфле из рыбы	80	100
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Салат из квашенной капусты	100	100
	Птица отварная	80	120
	Каша пшенная жидкая с маслом	150	200
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	30	40
	Хлеб ржаной	20	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон	40	40
	<b>2-й день</b>		
Завтрак	Запеканка из творога с повидло	150/20	190/20
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Какао с молоком		
	Хлеб ржаной		
2-й завтрак	Фрукт	250	230
	Печенье	10	15
Обед	Салат из моркови	100	150
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	250
	Картофель запеченный из отварного	200	200

	Печень по-строгановски	90	120
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Каша гречневая с маслом	150	200
	Тефтели из говядины	80	100
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Овощное рагу с маслом	200	200
	Котлеты из птицы	100	120
	Булочка домашняя	60	80
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
2-й ужин	Молоко кипяченое	200	200
	Батон с повидло	40/15	40/15
	<b>3-й день</b>		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	150	200
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Конфеты	10	15
Обед	Салат из белокочанной капусты с огурцами	100	150
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	250
	Биточки из рыбы с творогом	100	120
	Соус томатный	50	50
	Макаронные изделия отварные	150	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Омлет с кашей	200	200
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Кнели говяжьи с рисом	90	100
	Картофельное пюре	200	200
	Чай с молоком	200	200
	Яйцо вареное	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190

	Батон с изюмом	40	40
	<b>4-й день</b>		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	200
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Печенье	10	15
Обед	Салат из свежих огурцов	100	100
	Борщ с капустой и картофелем	250	250
	Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	120
	Каша гречневая вязкая с маслом	150	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Картофельная запеканка с мясом	200	200
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Салат из свеклы с чесноком	100	100
	Макароны, запеченные с яйцом	150	200
	Сырники из творога запеченные	100	100
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон с изюмом	40	40
	<b>5-й день</b>		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150	200
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Конфеты	10	15
Обед	Винегрет овощной	100	150
	Суп крестьянский с крупой	250	250
	Капуста тушенная	200	200
	Котлета из говядины	100	120
	Соус молочный	50	50
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40

Полдник	Картофель тушеный	150	200
	Котлета рыбная «Любительская»	80	100
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Птица отварная	80	120
	Каша из «Геркулеса» жидкая	150	200
	Яйцо вареное	1	1
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон	40	40
	<b>6-й день</b>		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150	200
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Печенье	10	15
Обед	Салат из белокочанной капусты с огурцами	100	150
	Суп картофельный с бобовыми	250	250
	Суфле из картофеля	200	200
	Биточки «диетические»	100	120
	Соус томатный	50	50
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Запеканка капустная с мясом	200	200
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Каша ячневая с маслом	150	200
	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	120
	Ватрушка с творогом	60	80
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон с изюмом	40	40
	<b>7-й день</b>		
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	150	200
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10

	Какао с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Конфеты	10	15
Обед	Винегрет овощной	100	150
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	250
	Картофель запеченный из отварного	150	200
	Печень по-строгановски	90	120
	Компот из смеси сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Овощи в молочном соусе	200	200
	Котлета рыбная «Нептун»	80	100
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Омлет с кашей	200	200
	Чай с молоком	200	200
	Сырники из творога запеченные	100	100
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон	40	40
	<b>8-й день</b>		
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	250	300
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Печенье	10	15
Обед	Салат из моркови и яблок	100	150
	Уха со взбитым яйцом	250	250
	Тефтели из говядины	100	120
	Соус томатный	50	50
	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	150	150
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Макароны, запеченные с яйцом	200	200
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40

Ужин	Салат из свеклы с чесноком	100	100
	Картофельное пюре	150	200
	Котлеты из птицы	80	110
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон с изюмом	40	40
	<b>9-й день</b>		
Завтрак	Запеканка из творога с повидло	150/15	190/15
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Какао молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Печенье	10	15
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	250
	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	100	120
	Рагу из овощей	200	200
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Плов из отварной говядины	200	200
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Рыба отварная	80	110
	Картофельное пюре	150	200
	Пирожок, печеный с фаршем из свежей капусты	60	80
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон	40	40
	<b>10-й день</b>		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150	200
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Какао с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Конфеты	10	15

Обед	Салат из свежих огурцов	100	150
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	250
	Макаронные изделия отварные	150	200
	Рыба, припущенная в молоке	100	120
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Запеканка капустная с мясом	200	200
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Салат из квашенной капусты	100	100
	Печень по-строгановски	90	120
	Суфле из картофеля	200	200
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон	40	40
	<b>11-й день</b>		
Завтрак	Суп молочный с крупой	250	300
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Печенье	10	15
Обед	Винегрет овощной	100	150
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	250
	Картофельное пюре	200	200
	Голубцы ленивые	100	120
	Соус молочный	50	50
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Капуста тушеная в сметане	150	200
	Суфле из птицы	80	100
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный		
Ужин	Каша перловая с маслом	150	200
	Биточки рыбные	100	120

	Шаньга картофельная	60	80
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон с изюмом	40	40
	<b>12-й день</b>		
Завтрак	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	150	200
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Какао с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Печенье	10	15
Обед	Салат из белокочанной капусты с огурцами	100	150
	Уха со взбитым яйцом	250	250
	Каша ячневая с маслом	150	200
	Биточки мясные с томатным соусом	100	120
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Картофельная запеканка с мясом	200	200
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Капуста тушеная	200	200
	Птица отварная	80	120
	Яйцо вареное	1	1
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон	40	40
	<b>13-й день</b>		
Завтрак	Запеканка из творога с повидло	150/15	190/15
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной	30	40
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Конфеты	10	15
Обед	Салат из свежих огурцов	100	150



	Свекольник	250	250
	Каша перловая вязкая с маслом	150	200
	Рыба, припущенная в молоке	100	120
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	Хлеб ржаной	20	40
Полдник	Запеканка овощная с маслом	200	200
	Кнели говяжьи	90	100
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Салат из квашеной капусты	100	100
	Картофельное пюре	150	200
	Котлета из птицы	80	110
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40
2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон с изюмом	40	40
	<b>14-й день</b>		
Завтрак	Суп молочный с крупой	250	300
	Бутерброд с сыром и маслом	20/10/10	20/12/10
	Кофейный напиток с молоком	200	200
	Хлеб ржаной		
2-й завтрак	Фрукт	250	330
	Конфеты	10	15
Обед	Икра свекольная	100	150
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	250
	Омлет с мясом	220	220
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб пшеничный	30	60
	хлеб ржаной	20	40
Полдник	Картофельное пюре с морковью	200	200
	Суфле из птицы	80	100
	Сок	200	200
	Хлеб пшеничный	40	40
Ужин	Капуста тушеная	150	200
	Котлета рыбная «Нептун»	80	120
	Ватрушка с творогом	60	80
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	20	40
	Хлеб ржаной	30	40

2-й ужин	Кефир	160	190
	Батон	40	40