

**Примерное единое меню завтраков для обучающихся 1-классов с ОВЗ (сезон зима-весна) с марта 2021г**

	Меню	гр
<b>День 1</b>		
	Бутерброд с сыром "Голландский" и маслом сливочным	40
	Каша жидкая молочная (рисовая)	200/5
	Какао с молоком	200
	Хлеб пшеничный	20
	Фрукты свежие (яблоко)	100
<b>День 2</b>		
	Салат из свеклы с маслом растительным	80
	Жаркое по-домашнему	175
	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	25
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Кисломолочный продукт кефир 2,7 %-ой жирности	180
<b>День 3</b>		
	Дополнительный гарнир, помидор соленый	30
	Котлета рубленая из курицы	90
	Каша вязкая (гречневая)	150/5
	Хлеб пшеничный	20
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Кисель из плодов и ягод	200
	Фрукты свежие (яблоки)	110

<b>День 4</b>		
	Дополнительный гарнир, огурец соленый	25
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	225
	Чай с лимоном	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Пирог фруктовый "Школьный"/ кондитерское изделие	50
<b>День 5</b>		
	Котлеты (биточки) особые из говядины	90
	Рагу из овощей	160
	Дополнительный гарнир, помидор соленый	30
	Хлеб пшеничный	24
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Сок фруктовый	200
<b>День 6</b>		
	Омлет с горошком прогретым и маслом сливочным, 120/60/5	185
	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	20
	Фрукты свежие (яблоко)	100
<b>День 7</b>		
	Икра кабачковая (консервированная)	60
	Котлета рыбная	90
	Картофельное пюре	150
	Хлеб пшеничный	25

	Хлеб ржаной йодированный	20
	Сок фруктовый	200
<b>День 8</b>		
	Дополнительный гарнир, огурец соленый	20
	Тефтели из говядины со сметанным соусом	110
	Каша вязкая (гречневая)	150/5
	Фруктовый чай	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	20
	Печенье Ромашка	25
<b>День 9</b>		
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	150/15
	Какао с молоком	200
	Хлеб пшеничный	39
	Кисломолочный продукт йогурт 3,2 %-ой жирности	180
<b>День 10</b>		
	Кукуруза консервированная	60
	Фрикадельки из курицы	90
	Макаронные изделия отварные с овощами	150
	Кофейный напиток на молоке	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	20
	Фрукты свежие ( яблоки)	100