

Утверждаю.

Директор школы: _____ Балабанова О.В.

МБОУ "Старокиструсская СШ"
Меню в оздоровительном лагере

Меню

1 день

Завтрак

- 1.Бутерброд с колбасой п/к
- 2.Каша рисовая молочная с сахаром и сл маслом
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 4.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из св огурцов с растительным маслом
- 2.Щи из свежей капусты с окорочком и сметаной
- 3.Макароны отварные с колбасой вареной
- 4.Кисель
- 5.Яблоко
- 6.Хлеб ржаной,хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

2 день

Завтрак

- 1.Бутерброд с сыром
- 2.Блинчики с яблоком
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 4.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из св помидор с растительным маслом
- 2.Суп вермишелевый с окорочком
- 3.Гречка отварная с сосиской
- 4.Компот из сухофруктов
- 5.Банан
- 6.Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

3 день

Завтрак

- 1.Бутерброд с колбасой п/к
- 2.Каша манная молочная с сахаром и сливочным маслом
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 4.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из свежих помидор с растительным маслом
- 2.Борщ из св капусты с окорочком и сметаной
- 3.Рис отварной с котлетой
- 4.Компот из св яблок
- 5.Яблоко
- 6.Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

4день

Завтрак

- 1.Бутерброд с сыром
- 2.Омлет с колбасой вареной
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 3.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из св огурцов
- 2.Суп гороховый с окорочком
- 3.Картофель отварной с курицей
- 4.лимонный напиток
- 5.Банан
- 6.Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

5день

Завтрак

- 1.Бутерброд с колбасой п/к
- 2.Вермишель молочная с сахаром и сл маслом
- 3.Чай с сахаром и лимоном

Обед

- 1.Салат из св помидор с растительным маслом
- 2.Суп картофельный с рыбными консервами
- 3.Макароны с куриными палочками
- 4.Чай с сахаром
- 5.Яблоко
- 6.Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

6день

Завтрак

- 1.Бутерброд с сыром
- 2.Сосиска отварная
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 4.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из св огурцов с растительным маслом
- 2.Рассольник с окорочком и сметаной
- 3.Рис отварной с тушеной рыбой
- 4.Кисель
- 5.Банан
- 6.Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

7день

Завтрак

- 1.Бутерброд с колбасой п/к
- 2.Яйцо вареное
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 4.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из св помидор с растительным маслом
- 2.Суп рисовый с окорочком
- 3.Картофель отварной с курицей
- 4.Компот из сухофруктов
- 5.Яблоко
- 6.Хлеб ржаной , хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

8день

Завтрак

- 1.Бутерброд с сыром
- 2.Сосиска отварная с гречкой
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 4.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из св огурцов с растительным маслом
- 2.Щи из св капусты с тушенкой и сметаной
- 3.Оладьи с повидлом
- 4.Кисель
- 5.Банан
- 6.Хлеб ржаной,хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

9день

Завтрак

- 1.Бутерброд с колбасой п/к
- 2.Макароны с сыром
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 4.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из св помидор с растительным маслом
- 2.Суп гороховый с окорочком
- 3.Гречка отварная с котлетой
- 4.Лимонный напиток
- 5.Яблоко
- 6.Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка

10 день

Завтрак

- 1.Бутерброд с сыром
- 2.Блинчики с яблоком
- 3.Чай с сахаром и лимоном
- 4.Сок фруктовый

Обед

- 1.Салат из св огурцов с растительным маслом
- 2.Борщ из св капусты с окорочком и сметаной
- 3.Каша пшенная молочная с сахаром и сл маслом
- 4.Компот из сухофруктов
- 5.Банан
- 6.Хлеб ржаной, хлеб пшеничный
- 7.Кондитерка