Утверждаю: _____Е.И Басова
Директор ГОУ ЯО «Школа-интернат №3»

Десятидневное меню
для обучающихся ГОУ ЯО «Школа- интернат №3» -
структурного подразделения Переславль-Залесская школа-интернат №3

Период действия: с «01» сентября 2026 г. по «31 » августа 2027 г.

Возрастные группы: Возрастная группа: 7–11 лет / 12–18 лет

СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» от 02 июня 2026 г №18

МЕНЮ

7-11 прож

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день
Завтрак							
	ОМЛЕТ С СЫРОМ 110	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/20		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 10/30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 160/30	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 150/30	КАША ПШЕННАЯ 200/5
	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
II Завтрак							
ЯБЛОКИ 150	ЯБЛОКО 120	ЯБЛОКО 100	ЯБЛОКО 100	ЯБЛОКО 100	ЯБЛОКО 100	ЯБЛОКО 100	ЯБЛОКО 100
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 200	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ 200	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/20	БЛИНЫ 150
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КАША ПШЕННАЯ 250	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ 200/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200
ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30					ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		
Обед							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ 90	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250/15/10	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ 50	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 100	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 100	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250/15/10	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 100
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 250/15/5	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 90	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 250/15/10	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250/15	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 75/50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ 200/5
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90	РИС ОТВАРНОЙ 200	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ 100/100	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" 50	ПЛОВ 200	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ 50/50
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 180	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КАМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40			ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30			ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
				ХЛЕБ РЖАНОЙ 40			
Полдник							
ЙОГУРТ 200	ЙОГУРТ 200	ЙОГУРТ 200	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200		ЙОГУРТ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ЙОГУРТ 200

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 100	ПЕЧЕНЬЕ 40	ПЕЧЕНЬЕ 40	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 100		БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ПРЯНИКИ 40
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30						
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 100	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 60	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 60		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 50	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ 60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 200	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ 50/50	ПЛОВ 200	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 90		КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 90	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 90	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15		ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40

ЗЕФИР 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200
ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	

9 день	10 день
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 200	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10
ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	КАША "ДРУЖБА" 250
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЯБЛОКО 100
КАША МАННАЯ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
ЯБЛОКО 120	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 30/20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ 50
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 90
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200
	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 100	

РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 90	
РИС ОТВАРНОЙ 150	
ЗЕФИР 40	
ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	