

Утверждаю:
Директор ГОУ ЯО «Школа-интернат №3»



Е.И Басова

Двухнедельное меню
для обучающихся ГОУ ЯО «Школа- интернат №3»- структурного подразделения
Гаврилов-Ямская школа-интернат

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

Семидневное меню блюд
Первая неделя
Возрастная категория 12 – 18 лет

Вид приема пищи	Блюдо						
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая 250	Каша «Дружба» (рис, пшено) 250	Манная каша 250	Пудинг из творога 300	Суп молочный с крупой 250	Пшенная каша 250	Геркулесовая каша 250
	Кофейный напиток 200	Чай с сахаром 200/15	Какао с молоком 200	Соус сметанный 50 г	Какао с молоком 200	Кофейный напиток 200	Чай с сахаром 200/15/
	Масло сливочное 15	Масло сливочное 15	Масло сливочное 15	Чай с сахаром 200/15	Масло сливочное 15	Масло сливочное 15	Масло сливочное 15
	Сыр порционн 25	Яйцо 1шт.	Сыр порционн 25	Масло сливочное 15	Сыр порционн 25	Яйцо вареное 1 шт.	Сыр порционн 25
	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 60	Хлеб пшеничный 60	Хлеб пшеничный 60	Хлеб пшеничный 60	Хлеб пшеничный 60	Хлеб пшеничный 60
		Печенье 30г					
завтрак второй	Напиток из фруктового сока 200	Сок фруктовый 200	Напиток из фр. сока 200	Сок фруктовый 200	Сок фруктовый 200	Сок фруктовый 200	Сок фруктовый 200
	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300

обед	Зеленый горошек 90	Икра свекольная 100 (салат из св. помидоров 100)	Морковь порц. 80	Огурец соленый 50	Салат из моркови с конс. овощами 100	Салат из свеклы 100	Салат из св. капусты 100
	Борщ московский 370	Суп с рыбными консервами 350	Суп картофельный с бобовыми 370	Щи из свежей капусты 370 г	Суп картофельный с мак. изд. и птицей 370	Суп картофельный с перловой крупой 370	Суп картоф. с мясными фрикадельками и 370
	Плов 350/50	Гуляш 50/75	Котлета, биточек 100	Рыба тушеная в томате с овощами 75/75	Биточки куриные 100	Голубцы из говядины 240	Котлета рыб. любительская 120
	Компот из смеси сухофруктов 200	Пюре картофельное 230	Рагу из овощей 250	Пюре картофельное 230	Каша гречневая рассыпчатая 200	Соус красный основной 50	Рис отварной 200
	Хлеб пшеничный 70	Компот из свежих плодов 200	Кисель из концентрата 200	Компот из сухофруктов 200	Компот из свежих плодов 200	Компот из сухофруктов 200	Компот из сухофруктов 200
	Хлеб ржаной 100	Хлеб пшеничный 70	Хлеб пшеничный 70	Хлеб, пшеничный 70 Хлеб ржаной 100	Хлеб пшеничный 70	Хлеб пшеничный 70	Хлеб пшеничный 100
	Сметана 20	Хлеб ржаной 100	Хлеб ржаной 100	Чеснок 10	Хлеб ржаной 100	Хлеб ржаной 100	Хлеб ржаной 100
		Чеснок 10		Сметана 20			
полдник	Омлет 100	Пудинг из творога запеченный	Салат из моркови со сгущ.	Ватрушка с творогом 75 г	Пирог с повидлом 100/45	Булочка домашняя 100	Пирог с повидлом 100/45

		300 г	молоком 100				
	Кисломолочный напиток 200	Молоко сгущенное 40	Чай 200	Кисломолочный напиток 200	Чай с сахаром 200/15	Чай с сахаром 200/15	Молоко 200
	Хлеб пшеничный 30г	Кофейный напиток 200	Печенье 30				
ужин	Салат из свеклы с соленым огурцом 80	Салат из моркови с сахаром 100	Салат из свежих огурцов 100 (конс. кукуруза 90)	Морковная икра 100	Салат из св. капусты 100	Салат из моркови с сахаром 100г	Свекольная икра 100
	Пюре картофельное 230	Печень в смет. соусе 50/50	Шницель рыбный 120	Котлета куриная 100	Биточки рыбные 100	Зразы со слив. маслом 70/5	Тефтели 60
	Шницель рыбный 100	Макароны отварные 200	Пюре картофельное 230	Макароны отварные с овощами 200	Пюре картофельное 230	Картофель отварной 250	Капуста тушеная 250
	Чай с сахаром 200/15	Компот из сухофруктов 200	Чай с сахаром 200/15	Кисель из концентрата 200	Компот из смеси сухофруктов 200	Чай с сахаром 200/15	Чай с сахаром 200/15
	Хлеб пшеничный 100 Хлеб ржаной 50	Хлеб пшеничный 100	Хлеб пшеничный 100 Хлеб ржаной 50	Хлеб пшеничный 100	Хлеб пшеничный 100	Хлеб пшеничный 100 Хлеб ржаной 50	Хлеб пшеничный 100 Хлеб ржаной 50
	Печенье 30г	Хлеб ржаной 50	Печенье 30	Хлеб ржаной 50	хлеб ржаной 50г	Печенье 30	Печенье 30

Семидневное меню блюд
Вторая неделя
Возрастная категория 12 - 18 лет

Вид приема пищи	Блюдо						
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
завтрак	Рисовая каша 250	Гречневая каша 250	Ячневая каша 250	Пудинг из творога 300	Суп молочный с макарон. изделиями 350	Пшеничная каша 250	Геркулесовая каша 250
	Кофейный напиток 200	Чай с сахаром 200/15	Какао с молоком 200	Сметанный соус 50	Кофейный напиток 200	Какао с молоком 200	Чай с сахаром 200/15
	Масло сливочное 15	Масло сливочное 15	Масло сливочное 15	Чай с сахаром 200/15	Масло сливочное 15	Масло сливочное 15	Масло сливочное порционно 15
	Сыр порционно 25	Яйцо 1 шт.	Яйцо 1 шт.	Масло сливочное 15	Яйцо 1 шт.	Сыр порционно 25.	Яйцо вареное 1 шт.
	Печенье 30	Печенье 30	Хлеб пшеничный 60	Сыр порционно 25	Печенье 30	Печенье 30	Хлеб пшеничный 60
	Хлеб пшеничный 60	Хлеб пшеничный 60		Хлеб пшеничный 60	Хлеб пшеничный 60	Хлеб пшеничный 30	
завтрак второй	Сок фруктовый 200	Напиток из фруктового сока 200	Сок фруктовый 200	Напиток из фруктового сока 200	Сок фруктовый 200	Сок фруктовый 200	Сок фруктовый 200
	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300	Фрукты свежие 300
обед	Морковь порц. 80	Салат из св. огурцов 100 (зеленый горошек 90)	Икра свекольная 100	Салат из моркови с конс. овощами 100	Салат из моркови с сахаром 100	Салат из свеклы с чесноком 80	Салат из моркови с кокс. овощами 100

	Суп картофельный с яйцом 350/20	Борщ сибирский 350/20	Суп картофельный с макаронными изд. 350/20	Щи из св. капусты с картофелем 350/20	Суп картофельный с бобовыми и птицей 350/20	Рассольник Ленинградский 350/20	Суп крестьянский 350/20
	Капуста тушеная 200	Жаркое по- домашнему 300	Тефтели рыбные с томатным соусом 150	Гуляш 50/75	Рис товарной 200	Котлета, биточек 100	Тефтели 40/40
	Котлета, биточек 100	Сельдь (пресервы) 50	Пюре картофельное 230	Макароны отварные 180	Биточки куриные 100	Капуста тушеная 250	Картофельное пюре 230
	Компот из сухофруктов 200	Сметана 20	Компот из сухофруктов 200	Компот из свежих плодов 200	Соус основной 50	Сметана 20	Компот из сухофруктов 200
	Хлеб пшеничный 70	Чеснок 10	Хлеб пшеничный 70	Сметана 20	Компот из сухофруктов 200	Кисель из концентрата 200	Хлеб пшеничный 70
	Хлеб ржаной 100	Компот из свежих фруктов 200	Хлеб ржаной 50	Чеснок 10г	Хлеб пшеничный 70	Хлеб пшеничный 70	Хлеб ржаной 50
		Хлеб пшеничный 70		Хлеб пшеничный 70	Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 50	
		Хлеб ржаной 50		Хлеб ржаной 50			
полдник	Кисломолочный напиток	Пудинг из творога 200	Запеканка морковная 100	Кисломолочный напиток 200	Пирог с повидлом 100/45	Омлет 100/5	Пирог с яйцом 100/20
	Булочка домашняя 100	Сгущенное молоко 40	Сгущенное молоко 40	Ватрушка 75	Чай с сахаром 200/15	Чай с сахаром 200/15	Молоко кипяченное 200
		Молоко	Чай 200		Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	
ужин	Салат из св. капусты 100	Салат из моркови с сахаром 100	Салат из св. помидоров 100(конс. кукуруза 90)	Салат из свеклы 100	Салат из св. капусты 100	Икра морковная 100	Свекла 100
	Котлета рыбная любительская 120	Печень в томатном соусе 50/50	Котлета куриная 100	Фрикадельки рыбные 75	Бифштекс 100	Шницель рыбный 120	Рагу овощное с мясом 250/50
	Пюре картофельное 230	Рис отварной 180	Макароны отварные 180	Пюре картофельное 230	Каша гречневая рассыпчатая 200	Картофель отварной 250	Чай с сахаром 200

	Чай с сахаром 200/15	Кисель из конcentрата 200	Чай с сахаром 200/15	Компот из сухофруктов 200	Чай с сахаром 200/15	Компот из свежих плодов 200	Печенье 30
	Хлеб пшеничный 100	Хлеб пшеничный 100	Печенье 30	Хлеб пшеничный 100	Хлеб пшеничный 100	Печенье 30	Хлеб пшеничный 100
	Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 50	Хлеб пшеничный 100	Хлеб ржаной 50	Хлеб ржаной 50	Хлеб пшеничный 100	Хлеб ржаной 50
			Хлеб ржаной 50			Хлеб ржаной 50	