



Утверждаю:

Директор РЖД лицей № 6

С.Л. Шумицкая

**МЕНЮ НА 10 ДНЕЙ для воспитанников РЖД лицей № 6**

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
Бутерброд с маслом	Бутерброд со сгущённым молоком	Бутерброд с джемом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с повидлом	Бутерброд со сгущённым молоком	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром
Каша манная	Запеканка из творога	Суп молочный с макаронами	Каша дружба	Зразы творожные с изюмом	Суп молочный с макаронами	Омлет с сыром	Каша пшённая	Суп молочный с лапшой	Пудинг творожный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Кофейный напиток	Чай с сахаром	Какао с молоком	Чай с лимоном	Кофейный напиток	Кофейный напиток	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток Конфеты	Чай с мёдом
<b>Обед</b>									
Яйцо варёное	Винегрет	Огурец свежий порционный	Салат из свеклы с чесноком	Салат из моркови	Помидоры порционные	Икра из моркови	Салат из свежих овощей	Сельдь с луком	Икра овощная
Суп картофельный с бобовыми	Щи со сметаной	Свекольник	Рассольник ленинградский	Борщ с фасолью	Щи из свежей капусты	Суп с макаронами	Борщ	Суп картофельный	Суп с рыбными консервами
Шницель в соусе	Рыба тушёная в сметанном соусе	Печень в соусе	Курица отварная	Поджарка из рыбы	Печень по-строгановски	Курица с томатным соусом	Биточки рыбные с соусом	Запеканка из печени	Тефтели
Макаронные отварные	Картофельное пюре	Каша гречневая	Картофель отварной в молоке	Картофельное пюре	Каша гречневая	Каша перловая	Рис с овощами	Картофельное пюре	Сложный гарнир
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Чай с сахаром	Сок фруктовый	Компот из кураги	Напиток витаминизированный	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Компот из изюма	Напиток витаминизированный	Кисель из смородины	Сок фруктовый
<b>Полдник</b>									
Груша	Киви	Банан	Яблоко	Апельсин	Яблоко	Апельсин	Банан	Киви	Груша
Чай с сахаром	Сок фруктовый	Компот из кураги	Напиток витаминизированный	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Компот из изюма	Напиток витаминизированный	Кисель из смородины	Сок фруктовый
Печенье	Круассан	Булочка	Шаньга	Булочка	Батон	Круассан	Булочка домашняя	Батон	Булочка
<b>Ужин</b>									
Салат из свежих помидоров	Салат картофельный с сельдью	Салат витаминный	Салат из свежих помидоров и огурцов		Яйцо варёное	Салат из свеклы с чесноком	Салат зимний	Салат из свежих огурцов	
Жаркое по - домашнему	Курица в соусе с чесноком	Плов	Макаронные отварные		Бефстроганов	Рыба, припущенная в молоке	Капуста тушёная с говядиной	Картофельная запеканка	
Хлеб пшеничный	Капуста тушёная	Хлеб ржаной	Мясо отварное		Картофельное пюре	Картофель тушёный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной		Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	
Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Сок фруктовый	Хлеб пшеничный		Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Компот из сухофруктов	Сок фруктовый	
Сок фруктовый	Компот из яблок		Кисель из облепихи		Молоко кипячёное	Кисель из сока			
<b>Ужин 2</b>									
Батон		Батон	Батон		Бутерброд с сыром	Батон	Батон	Яйцо варёное	
Ряженка	Снежок	Кефир	Снежок		Ряженка	Снежок	Кефир	Снежок	