

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ с. Старое

Демкино

Н.Ф. Вечкасова

**Двенадцатидневное меню завтраков и обедов для обучающихся
5–11 классов МБОУ СОШ с. Старое Демкино**

Неделя первая

День недели	Номер рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Понедельник		Завтрак	
	302	Омлет с зеленым горошком	190
	497	Какао с молоком	200
		Батон	50
		Обед	
	76	Винегрет овощной	100
	144	Суп картофельный с бобовыми	250
		Хлеб Сок фруктовый	70 200
Вторник		Завтрак	
	165	Суп молочный с макаронными изделиями	200
		Ряженка с сахаром	210
		Батон	50
		Обед	
	53	Салат из свеклы с солеными огурцами	100
	404	Птица отварная	100
	294	Макароны отварные с овощами	180
	Хлеб Напиток из шиповника	70 200	
Среда		Завтрак	
	313	Запеканка из творога	200
		Молоко сгущенное	30
	501	Кофейный напиток	200
		Обед	
	75	Салат картофельный с зеленым горошком	100
	134	Рассольник ленинградский	250
		Хлеб Сок фруктовый	70 200
Четверг		Завтрак	
	261	Каша боярская (пшеничная с изюмом)	200
		Кефир с сахаром	210
		Батон	50
		Обед	
	7	Салат из моркови	100
	343	Рыба, тушенная в томате с овощами	140
	426	Картофель отварной	180
	Хлеб Компот из яблок с лимоном	70 200	

Пятница		Завтрак	
	300	Яйцо вареное	1шт.
	260	Каша «Дружба»	200
	497	Какао с молоком	200
	91	Бутерброд с сыром	35
		Обед	
	48	Салат из квашеной капусты с луком	100
	153	Суп с рыбными консервами	250
		Хлеб	70
		Сок фруктовый	200
Суббота		Завтрак	
	291	Макаронные изделия отварные	150
	395	Сосиски	80
		Чай	200
		Батон	50
		Обед	
	50	Салат из свеклы отварной	100
	406	Плов из птицы отварной	210
		Хлеб	70
	508	Компот из смеси сухофруктов	200

Неделя вторая

День недели	Номер рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Понедельник		Завтрак	
	267	Каша пшенная молочная жидкая	200
	300	Яйцо вареное	1шт.
	501	Кофейный напиток с молоком	200
		Батон	50
		Обед	
	9	Салат из моркови и яблок	100
	142	Щи из свежей капусты с картофелем	250
		Хлеб	70
		Сок фруктовый	200
Вторник		Завтрак	
	370	Плов из отварной говядины	250
	91	Бутерброд с сыром	35
	497	Какао с молоком	200
		Обед	
	2	Салат витаминный	100
	429	Картофельное пюре	180
	405	Курица в соусе с томатом	120
		Хлеб	70
	508	Компот из смеси сухофруктов	200
Среда		Завтрак	
	305	Омлет с колбасой	200
		Ряженка	200
		Печенье	25
		Батон	50
		Обед	
		Салат из капусты белокачанной	100
	128	Борщ с капустой и картофелем	250
		Хлеб	70
		Сок фруктовый	200

Четверг		Завтрак	
	164	Суп молочный с крупой	200
	497	Какао с молоком	200
	91	Бутерброд с сыром	35
		Батон	50
		Обед	
	76	Винегрет овощной	100
	295	Макароны отварные с сыром	200
		Хлеб	70
	519	Напиток из шиповника	200
Пятница		Завтрак	
	263	Каша манная молочная жидкая с изюмом	150
		Сыр порциями	10
		Батон	50
		Кофейный напиток с молоком	200
		Обед	
	62	Салат из моркови с курагой	100
	154	Суп крестьянский с крупой	250
		Хлеб	70
	Сок фруктовый	200	
Суббота		Завтрак	
	313	Запеканка из творога	200
		Молоко сгущенное	30
		Чай	200
		Батон	30
		Обед	
	28	Салат овощной с яблоками	100
	336	Рыба, припущенная в молоке	120
	427	Картофель отварной в молоке	180
		Хлеб	70
	Сок фруктовый	200	