

УТВЕРЖДАЮ

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель
образовательного учреждения
/Тимошенко Н.А./
МП

Генеральный директор *Л.Б.С.* / Балтаева Л.М./

Меню 12-ти дневное для организации питания школьников

1-й день	6-11лет	12-16лет		6-11лет	12-16лет	
			Завтрак			Обед
	200	200	Плов с курицей	75	100	Салат из моркови
	25	25	Хлеб пшеничный	200	250	Суп картофельно-рисовый
	150	150	Фрукты свежие	80	100	Котлета рыбная
	200	200	Кофейный напиток с молоком	150	180	Макароны отварные
				200	200	Сок фруктовый
				25	25	Хлеб ржаной
				25	25	Хлеб пшеничный
2-й день			Завтрак			Обед
	200	200	Запеканка картофельная с печенью	75	100	Салат из помидоров
	25	25	Хлеб пшеничный	200	250	Суп Гороховый
	125	125	Йогурт для детского питания	70	70	Колбаски детские отварные для школьного питания
	200/15	200/15	Чай с сахаром	150	180	Капуста тушеная
				25	25	Хлеб ржаной
				25	25	Хлеб пшеничный
				200	200	Компот из сухофруктов
3-й день			Завтрак			Обед
	155	155	Каша овсяная	75	100	Салат из свеклы
	100	100	Булочка Домашняя	200	250	Суп вермишелевый
	10	10	Масло сливочное порционное	50/100	80/125	Гуляш из говядины
	200/15/7	200/15/7	Чай с сахаром с лимоном	150	180	Рис
				25	25	Хлеб ржаной
				25	25	Хлеб пшеничный
				200	200	Напиток Витаминный
4-й день			Завтрак			Обед
	165	165	Омлет натуральный	75	100	Салат из капусты
	40	40	Зеленый горошек	200	250	Рассольник Ленинградский
	20/25	20/25	Бутерброд с колбасой в/к	80	100	Котлета мясная
	200	200	Какао	150	180	Каша гречневая рассыпчатая
				25	25	Хлеб ржаной
				25	25	Хлеб пшеничный
				200	200	Компот из яблок
5-й день			Завтрак			Обед
	70	70	Сосиски отварные	75	100	Салат из моркови
	150	150	Макароны	200	250	Суп овощной
	25	25	Хлеб пшеничный	100	100	Рыба припущенная
	150	150	Фрукты свежие	150	180	Картофельное пюре
	200/15	200/15	Чай с сахаром	25	25	Хлеб ржаной
				25	25	Хлеб пшеничный
				200	200	Сок фруктовый
6-й день	6-11лет	12-16лет		6-11лет	12-16лет	

			Завтрак				Обед
	155	155	Каша пшеница		75	100	Салат из свежих огурцов
	20/25	20/25	Бутерброд с колбасой		200	250	Суп гороховый
	100	100	Йогурт		25	25	Сухарики из пшеничного хлеба
	200	200	Кофейный напиток		140	140	Тфтели "Школьные"
					150	180	Картофель отварной
					25	25	Хлеб пшеничный
					25	25	Хлеб ржаной
					200	200	Компот из сухофруктов
					10	10	Кекс Тортини
7-й день			Завтрак				Обед
	155	155	Каша манная		75	100	Винегрет
	20/25	20/25	Бутерброд с карбонатом		200	250	Суп фасолевый
	200/15/5	200/15/5	Чай с сахаром с лимоном		50/150	80/180	Капуста тушеная с говядиной
					25	25	Хлеб ржаной
					25	25	Хлеб пшеничный
					200	200	Сок фруктовый
8-й день			Завтрак				Обед
	220	220	Макароны запеченные с сыром		75	100	Помидоры свежие
	20/25	20/25	Бутерброд с колбасой		200	250	Суп картофельно вермишелевый
	150	150	Фрукты свежие		50/50	80/50	Фрикадельки мясные с соусом
	200	200	Какао		150	180	Гречка
					200	200	Витаминный напиток
					25	25	Хлеб ржаной
					25	25	Хлеб пшеничный
9-й день			Завтрак				Обед
	80	80	Котлета рыбная		75	100	Салат из моркови
	100	100	Картофельное пюре		200	250	Рассольник Ленинградский
	25	25	Хлеб пшеничный		100	100	Куры отварные
	200/15	200/15	Чай с сахаром		150	180	Рис
	40	40	Сыр порционный		200	200	Сок фруктовый
					25	25	Хлеб ржаной
					25	25	Хлеб пшеничный
10-й день			Завтрак				Обед
	100	100	Запеканка творожная		75	100	Салат из свеклы
	40	40	Молоко сгущенное		200	250	Суп Овощной
	200	200	Кофейный напиток		50/125	80/150	Картофель тушеный с мясом
	20/25	20/25	Бутерброд с ветчиной		200	200	Компот из сухофруктов
					25	25	Хлеб ржаной
					25	25	Хлеб пшеничный
					10	10	Кекс "Тортини"
11-й день	6-11лет	12-16лет		6-11лет	12-16лет		
			Завтрак				Обед
	150	150	Каша овсяная		75	100	Салат из капусты с растительным маслом
	20/25	20/25	Бутерброд с сыром		200	250	Суп картофельный
	40	40	Яйцо отварное		100	100	Печень по-Строгановски
	200/15/5	200/15/5	Чай с сахаром с лимоном		150	180	Макароны отварные с овощами
					200	200	Сок фруктовый
					25	25	Хлеб ржаной
					25	25	Хлеб пшеничный
12-й день			Завтрак				Обед

150/10	150/10	Оладьи		75	100	Салат из свежих огурцов
40	40	Джем		200	250	Суп фасолевый
200	200	Какао		25	25	Сухарики из пшеничного хлеба
				140	140	Тефетли "Школьные"
				180	180	Каша гречневая
				25	25	Хлеб ржаной
				25	25	Хлеб пшеничный
				200	200	Чай с сахаром с лимоном