

Согласовано

Заведующей
Арбатский С. К.Утверждаю:
Директор школы

Примерное меню на обеды учащихся(7-11 лет)

| | Наименование блюда | Выход в граммах | Цена (руб) |
|---|--|-----------------|--------------|
| | 1 день | | |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 10,50 |
| 2 | Сыр твёрдый порционный | 15 | 13,40 |
| 3 | Сосиски отварные ганноверские | 55 | 31,50 |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 11,00 |
| 5 | Салат из квашеной капусты | 25 | 5,60 |
| 6 | Чай с лимоном | 200/15/7 | 7,00 |
| 7 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого: | | 85,00 |
| | 2 день | | |
| 1 | Суп картофельный с горохом | 200 | 11,00 |
| 2 | Биточки из говядины | 70 | 42,00 |
| 3 | Пюре картофельное | 150 | 19,00 |
| 4 | Винегрет овощной | 20 | 3,00 |
| 5 | Чай с сахаром | 200/15 | 4,00 |
| 6 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого: | | 85,00 |
| | 3 день | | |
| 1 | Суп с домашней лапшой и картофелем | 200 | 9,70 |
| 2 | Наггетсы куриные | 4/20 | 44,00 |
| 3 | Рис отварной | 150 | 12,00 |
| 4 | Помидоры свежие с зеленью,маслом растит. | 25 | 9,30 |
| 5 | Чай с сахаром | 200/15 | 4,00 |
| 6 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого: | | 85,00 |
| | 4 день | | |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 10,50 |
| 2 | Тефтели из говядины с рисом с соусом | 75/30 | 46,50 |
| 3 | Каша пшеничная | 150 | 8,50 |
| 4 | Огурцы свежие с зеленью,маслом раст. | 25 | 6,50 |
| 5 | Компот из сухофруктов витамин. | 200 | 7,00 |
| 6 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого: | | 85,00 |
| | 5 день | | |
| 1 | Суп картофельный с рисом | 200 | 10,00 |
| 2 | Филе грудки куриной запеченное | 60 | 47,20 |
| 3 | Макаронные изделия отварные | 150 | 11,80 |
| 4 | Салат из моркови с маслом растительным | 30 | 6,00 |

| | | | |
|---|---|----------|--------------|
| 5 | Чай с сахаром | 200/15 | 4,00 |
| 6 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого: | | 85,00 |
| | 6 день | | |
| 1 | Суп картофельный с горохом | 200 | 11,00 |
| 2 | Сыр твёрдый порционный | 10 | 8,93 |
| 3 | Сосиски отварные ганноверские | 55 | 31,50 |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 11,00 |
| 5 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 30 | 9,57 |
| 6 | Чай с лимоном | 200/15/7 | 7,00 |
| 7 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого : | | 85,00 |
| | 7 день | | |
| 1 | Суп картофельный с вермишелью | 200 | 10,50 |
| 2 | Котлета из говядины | 70 | 42,00 |
| 3 | Пюре картофельное | 150 | 19,00 |
| 4 | Свекла отварная с огурцом сол. и кап.квашеной | 20 | 3,50 |
| 5 | Чай с сахаром | 200/15 | 4,00 |
| 6 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого: | | 85,00 |
| | 8 день | | |
| 1 | Борщ Сибирский | 200 | 9,80 |
| 2 | Филе грудки куриной запеченное | 60 | 47,20 |
| 3 | Рис отварной | 150 | 12,00 |
| 4 | Салат из моркови с маслом растительным | 30 | 6,00 |
| 5 | Чай с сахаром | 200/15 | 4,00 |
| 6 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого : | | 85,00 |
| | 9 день | | |
| 1 | Суп картофельный с рисом | 200 | 10,00 |
| 2 | Гуляш из говядины отварной | 25/25 | 52,75 |
| 3 | Каша пшеничная | 150 | 8,50 |
| 4 | Огурцы солёные | 25 | 3,75 |
| 5 | Чай с сахаром | 200/15 | 4,00 |
| 6 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого : | | 85,00 |
| | 10 день | | |
| 1 | Суп с домашней лапшой и картофелем | 200 | 9,70 |
| 2 | Наггетсы куриные | 4/20 | 44,00 |
| 3 | Макаронные изделия отварные | 150 | 11,80 |
| 4 | Огурцы свежие с зеленью,маслом растит. | 25 | 6,50 |
| 5 | Компот из сухофруктов витамин. | 200 | 7,00 |
| 6 | Хлеб пшеничный подовый(ржаной) | 25/30 | 6,00 |
| | Итого : | | 85,00 |