

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