

1 сент. 2022



Примерное меню на обеды учащихся(7-11 лет)

№	Наименование блюда	Выход в граммах	Цена (руб)
<b>1 день</b>			
1	Рассольник Ленинградский	200	18,60
2	Сосиски отварные ганноверские	55	26,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,00
4	Салат из квашеной капусты	40	11,40
5	Сок натуральный	200	17,00
6	Фрукты свежие(яблоко)	100	8,00
7	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
<b>Итого:</b>			<b>100,00</b>
<b>2 день</b>			
1	Суп картофельный с горохом	200	13,00
2	Биточки из говядины	75	43,00
3	Пюре картофельное	150	25,00
4	Винегрет овощной	40	9,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
<b>Итого:</b>			<b>100,00</b>
<b>3 день</b>			
1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	14,50
2	Котлета рубленая из филе куриного	70	46,00
3	Рис отварной	150	12,00
4	Помидоры свежие с зеленью,маслом растит.	40	13,50
5	Компот из сухофруктов витамин.	200	8,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
<b>Итого:</b>			<b>100,00</b>
<b>4 день</b>			
1	Борщ с капустой и картофелем	200	13,00
2	Тефтели из говядины с рисом с соусом	75/30	43,00
3	Каша пшеничная	150	8,00
4	Огурцы свежие с зеленью,маслом растит.	40	13,00
5	Сок натуральный	200	17,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
<b>Итого:</b>			<b>100,00</b>
<b>5 день</b>			
1	Суп картофельный с рисом	200	12,50
2	Филе грудки куриной запеченное	70	60,00
3	Макаронные изделия отварные	150	10,00
4	Салат из моркови с маслом растительным	30	7,50

5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>100,00</b>
	<b>6 день</b>		
1	Суп картофельный с горохом	200	13,00
2	Сосиски отварные ганноверские	55	26,00
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,00
4	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	13,00
5	Сок натуральный	200	17,00
6	Фрукты свежие(яблоко)	150	12,00
7	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого :</b>		<b>100,00</b>
	<b>7 день</b>		
1	Суп картофельный с вермишелью	200	12,50
2	Котлета из говядины	70	40,00
3	Пюре картофельное	150	25,00
4	Свекла отварная с огурцом сол. и кап.квашеной	35	8,50
5	Компот из сухофруктов витамин.	200	8,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого:</b>		<b>100,00</b>
	<b>8 день</b>		
1	Борщ Сибирский	200	10,50
2	Филе грудки куриной запеченное	70	60,00
3	Рис отварной	150	12,00
4	Салат из моркови с маслом растительным	30	7,50
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого :</b>		<b>100,00</b>
	<b>9 день</b>		
1	Суп картофельный с рисом	200	12,50
2	Гуляш из говядины отварной	35/35	62,00
3	Каша пшеничная	150	8,00
4	Огурцы солёные с луком,маслом растит.	40	7,50
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого :</b>		<b>100,00</b>
	<b>10 день</b>		
1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	14,50
2	Чахохбили из филе куриного с соусом	45/25	52,50
3	Макаронные изделия отварные	150	10,00
4	Огурцы свежие с зеленью,маслом растит.	40	13,00
5	Чай с сахаром	200/15	4,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	6,00
	<b>Итого :</b>		<b>100,00</b>