Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(3-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | Запеканка рисовая | 200 | 220 |
| Кисель из ягод | 200 | 200 |
| Йогурт порционный | 125 | 125 |
| Хлеб | 30 | 30 |
| ИТОГО: | 555 | 575 |
| обед | Капуста квашенная | 60 | 60 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 250 |
| Тефтели (мясо, птица) | 80 | 100 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 180 |
| Компот из плодов сухих(шиповник) | 200 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 30 |
| ИТОГО: | 790 | 840 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(4-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | Сырники творожно-морковные с соусом молочным | 200/15 | 220/20 |
| Какао с молоком | 200 | 200 |
| Хлеб | 30 | 30 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| ИТОГО: | 455 | 480 |
| обед | Салат из моркови с р/м | 60 | 60 |
| Борщ с картофелем и фасолью | 250 | 250 |
| Плов из мяса (птицы) | 200 | 250 |
| Напиток клюквенный | 200 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 30 |
| ИТОГО: | 760 | 810 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(5-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | Тефтели рыбные | 80 | 100 |
| Картофельное пюре | 150 | 180 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 |
| Хлеб | 30 | 30 |
| ИТОГО: | 460 | 510 |
| обед | Огурец соленый | 60 | 60 |
| Суп овощной с мясными фрикадельками | 250/20 | 250/20 |
| Котлета рыбная | 80 | 100 |
| Картофель отварной | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной | 30 | 30 |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих) | 200 | 200 |
| ИТОГО: | 810 | 860 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(6-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | Каша манная молочная | 200 | 220 |
| Сыр (Российский и др.) | 15 | 15 |
| чай с лимоном | 200/7 | 200/7 |
| хлеб | 30 | 30 |
| масло сливочное | 10 | 10 |
| итого | 462 | 482 |
| обед | овощи свежие (или соленые) в нарезке (огурцы) | 60 | 60 |
| борщ со сметаной | 250/10 | 250/10 |
| тефтели мясные | 80 | 100 |
| вермишель отварная | 150 | 180 |
| компот из ягод (замороженные или свежие) | 200 | 200 |
| хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| хлеб ржаной | 30 | 30 |
|  | итого | 800 | 850 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(7-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | биточки (мясо или птица) | 80 | 100 |
| макаронные изделия отварные | 150 | 180 |
| Какао с молоком | 200 | 200 |
| Хлеб | 30 | 30 |
| масло сливочное | 10 | 10 |
| Итого | 470 | 520 |
| обед | салат из свеклы с р/м | 60 | 60 |
| суп рыбный | 250 | 250 |
| куры тушеные | 80 | 100 |
| рис припущенный | 150 | 180 |
| компот из плодов сухих (изюм) | 200 | 200 |
| хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 30 |
| итого | 790 | 850 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(8-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | кукуруза консервированная отварная | 25 | 30 |
| омлет натуральный | 140 | 160 |
| кофейный напиток | 200 | 200 |
| сыр (Российский и др.) | 15 | 15 |
| хлеб | 30 | 30 |
| итого | 410 | 435 |
| обед | салат картофельный с зеленым горошком с р/м | 60 | 60 |
| суп овощной | 250 | 250 |
| жаркое по-домашнему | 200 | 250 |
| компот из сухофруктов | 200 | 200 |
| хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 30 |
| итого | 760 | 810 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(9-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | каша вязкая молочная из пшеничной крупы | 200 | 220 |
| чай | 200 | 200 |
| хлеб | 30 | 30 |
| масло сливочное | 10 | 10 |
| сыр (Российский и др.) | 15 | 15 |
| итого | 455 | 475 |
| обед | винегрет с р/м | 60 | 60 |
| рассольник по-ленинградски | 250 | 250 |
| рыба тушеная в томате с овощами | 200 | 250 |
| кисель из ягод (замороженных или свежих) | 200 | 200 |
| хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 30 |
| итого | 760 | 810 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(10-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | тефтели (мясо или птица) | 80 | 100 |
| каша гречневая рассыпчатая | 150 | 180 |
| овощи свежие в нарезке | 60 | 80 |
| сок фруктовый | 200 | 200 |
| хлеб | 30 | 30 |
| итого | 520 | 590 |
| обед | овощи в нарезке-огурец свежий | 60 | 60 |
| борщ со сметаной | 250/10 | 250/10 |
| биточки (мясо или птица) | 80 | 100 |
| каша рисовая | 150 | 180 |
| напиток клюквенный | 200 | 200 |
| хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 30 |
| итого | 800 | 850 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (1-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 220 |
| Хлеб | 30 | 30 |
| Чай | 200 | 200 |
| Сыр (Российский и др.) | 15 | 15 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| ИТОГО: | 455 | 475 |
| обед | Салат из свеклы с р/м | 60 | 60 |
| Суп крестьянский с крупой | 250 | 250 |
| Бефстроганов | 80 | 100 |
| Капуста тушеная | 150 | 180 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 30 |
| ИТОГО: | 790 | 840 |

Утверждаю

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_Войтова Т.В.

Меню на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(2-й день) из 10-дневного цикличного меню

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | наименование блюда | выход, г | |
| 6-10 лет | 11-18 лет |
| завтрак | Омлет натуральный | 140 | 160 |
| Морковь тертая с р/м | 60 | 80 |
| Кофейный напиток | 200 | 200 |
| Хлеб | 30 | 30 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| Сыр (Российский и др.) | 15 | 15 |
| ИТОГО: | 430 | 495 |
| обед | Икра кабачковая | 60 | 60 |
| Щи из свежей (или квашенной) капусты с картофелем | 250 | 250 |
| Рыба припущенная | 80 | 100 |
| Картофельное пюре | 150 | 180 |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих) | 200 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 30 |
| ИТОГО: | 790 | 840 |