

Десятидневное меню

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
Завтрак 1									
Вермишель молочная.	200	Каша "Дружба" молочная	200	Каша пшенная молочная.	200	Каша геркулесовая молочная	200	Каша манная молочная, 200гр	200
Кофейный напиток с молоком	200	Чай с сахаром 200гр	200	Какао на молоке 200	200	Чай с сахаром 200гр	200	Чай с сахаром 200гр	200
Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35
Масло сливочное 5г	5	Масло сливочное 5г	5	Масло сливочное 5г	5	Масло сливочное 5г	5	Масло сливочное 5г	5
		Сыр порционнно	10					Сыр порционнно	10
Завтрак 2									
Сок фруктовый.	200	Фрукты 100гр	100	Сок фруктовый.	200	Фрукт 100 гр	100	Сок фруктовый.	200
обед									
Икра кабачковая	60	Салат из свежей капусты 60гр	60	Огурец свежий/Салат из моркови	45/60	Салат из квашеной капусты, 60 гр	60	Салат из свежей капусты/ Салат из свеклы	60
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	200	Борщ со сметаной	200	Суп куриный с вермишелью.	200	Суп гороховый с гречками	200	Суп картофельный с рисом 200гр	200
Каша гречневая рассыпчатая 150	150	Макаронные изделия отварные.	150	Рис отварной.	150	Картофельное пюре.	150	Жаркое по - домашнему с куриной грудкой	200
Филе куриное тушёное в сметанном соусе	70	Тефтели мясные в томатном соусе 60/20	60/20	Соус сметанно-томатный, 50гр	50	Котлета рыбная, 80гр	80	Компот. из сухофруктов	200
Компот из яблок.	200	Компот. из сухофруктов	200	Оладьи из говяжьей печени.	70	Компот из ягод	200	Хлеб пшеничный 35г	35
Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35	Напиток из плодов шиповника	200	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб ржаной 30г	30
Хлеб ржаной 30г	30	Хлеб ржаной 30г	30	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб ржаной 30г	30		
				Хлеб ржаной 30г	30				
полдник									
Булочка, 60гр	60	Запеканка из творога с джемом.	120	Блинчики	100	Макароны с сыром, 120гр	120	Сырники.	130
Вафли, 20гр	20	Чай с сахаром 200гр	200	Кефир с сахаром 200	200	Чай с сахаром, 200гр	200	Печенье 30гр	30
Чай с сахаром 200гр	200							Чай с сахаром 200гр	200

1 неделя

6 день понедельник		7 день вторник		8 день среда		9 день четверг		10 день пятница	
Завтрак 1									
Каша пшеничная молочная.	200	Вермишель молочная.	200	Каша рисовая молочная.	200	Каша геркулесовая молочная	200	Каша манная молочная, 200гр	200
Чай с сахаром 200гр	200	Чай с сахаром 200гр	200	Какао на молоке 200	200	Чай с сахаром 200гр	200	Кофейный напиток с молоком	200
Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35
Масло сливочное 5г	5	Масло сливочное 5г	5	Масло сливочное 5г	5	Масло сливочное 5г	5	Масло сливочное 5г	5
		Сыр порционно	10			Сыр порционно	10		
Завтрак 2									
Сок фруктовый.	200	Фрукт 100 гр	100	Сок фруктовый.	200	Фрукт 100 гр	100	Сок фруктовый	200
				Печенье 30гр	30				
обед									
Икра кабачковая, 60гр	60	Огурец свежий/Салат из моркови	45/60	Салат из свежей капусты 60гр	60	Салат из свеклы, 60гр	60	Салат "Степной"	60
Суп куриный с вермишелью.	200	Суп гороховый с гречками	200	Суп картофельный с рисом 200гр	200	Рассольник	200	Борщ со сметаной	200
Рис отварной.	150	Котлета рубленая из мяса	70	-Гречка по-купечески	150	Картофель отварной.	150	Макаронные изделия отварные.	150
Котлета рубленая из птицы	70	Макаронные изделия отварные.	150	Компот из ягод	200	Котлета рыбная, 80 гр	80	Ежики в томатном соусе.	80
Компот. из сухофруктов	200	Напиток из плодов шиповника	200	Хлеб пшеничный 35г	35	Напиток из яблок	200	Компот. из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб ржаной 30г	30	Хлеб пшеничный 35г	35	Хлеб пшеничный 35г	35
Хлеб ржаной 30г	30	Хлеб ржаной 30г	30			Хлеб ржаной 30г	30	Хлеб ржаной 30г	30
полдник									
Булочка, 60гр	60	Оладушки сладкие	150	Запеканка из творога с джемом.	120	Икра кабачковая, 60 гр	60	Блинчики	120
Фрукт 100 гр	100	Кефир с сахаром 200	200	Чай с сахаром, 200гр	200	Омлет	120	Чай с сахаром 200гр	200
Чай с сахаром, 200гр	200					Чай с сахаром 200гр	200		
						Хлеб пшеничный 35г	35		

Утверждаю

Генеральный директор

ООО «Комбинат школьного питания»



Букина О. В.