

ПРИМЕРНОЕ
десятидневное меню для организации питания учащихся
(5-11 класс)

сентябрь 2020 г.

Наименование блюда	Вес, гр.	Наименование блюда	Вес, гр.
1 день		6 день	
Сосиска молочная отварная	65	Колбаса молочная отварная	65
Макаронные изделия отварные с маслом	100/5	Макаронные изделия отварные с маслом	100/5
Чай с сахаром/лимоном	200	Чай с сахаром/лимоном	200
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржано-пшеничный	30	Хлеб ржано-пшеничный	30
2 день		7 день	
Бедро куриное запеченое порц.	125	Котлета куриная.	75
Рис отварной с маслом	100	Пюре картофельное	100
Чай с сахаром	200	Сок	200
Хлеб ржано- пшеничный	30	Хлеб пшеничный	20
		Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20
3 день		8 день	
Омлет натуральный	80	Запеканка из творожной массы/каша молочная	120
Бутерброд с колбасой в/к	25/20	Бутерброд с сыром	20/20
		Напиток злаковый с молоком	200
Хлеб ржаной витаминизированный	30		
Злаковый напиток с молоком	200		
4 день		9 день	
Котлета рыбная (из филе минтая)	75	Биштекс рубленный.(филе кур.)	75
Пюре картофельное	100	Каша гречневая с маслом	100/5
Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной	20	Хлеб ржаной	20
Чай с сахаром	200		
5 день		10 день	
Шницель из свинины	75	Голень куриная запеченная	80
Каша гречневая с маслом	100	Рис отварной с маслом	100
Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной	20	Хлеб ржаной	20