



"Утверждаю"

2023 год

Руководитель сш №7

 Д.К. Осанова

Председатель ПС

 Д.К. Исина

ИВ "Забота"

 Т.К. Амриина

**МЕНЮ**

(1-я неделя) для детей 6-11 лет

<b>Понедельник</b>	<b>Выход</b>
1. Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/10
2. Булочка с сыром	50/15
3. Чай с сахаром	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат из свежих овощей	100
6. Мед	10
<b>Вторник</b>	<b>Выход</b>
1. Плов	50/150
2. Напиток из сухофруктов витаминизированный	200
3. Хлеб ржано-пшеничный	40
4. Салат из свежих овощей	100
<b>Среда</b>	<b>Выход</b>
1. Бигус из говядины со свежей капусты	50/150
2. Пудинг творожный со сгущенным молоком	40
3. Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200
4. Яблоко свежее	100
5. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Мед	10
<b>Четверг</b>	<b>Выход</b>
1. Биточек рыбный, соус красный основной	50/50
2. Пюре картофельное	150
3. Напиток яблочно-апельсиновый	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат витаминный	100
<b>Пятница</b>	<b>Выход</b>
1. Курица отварная с соусом	50/50
2. Гарнир гречневая крупа	150
3. Кефир с сахаром	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат из свежих овощей	100
5. Мед	10



## МЕНЮ

(2-я неделя) для детей 6-11 лет

<b>Понедельник</b>	<b>Выход</b>
1. Каша пшенная с маслом сливочным	200/10
2. Хачапури с сыром	60
3. Чай с молоком, с сахаром	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Яблоко свежее	100
<b>Вторник</b>	<b>Выход</b>
1. Котлета запеченная "школьная" с соусом	50/50
2. Рожки отварные	150
3. Напиток из сухофруктов витаминизированный	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат из свежих овощей	100
6. Мед	10
<b>Среда</b>	<b>Выход</b>
1. Филе рубленое из говядины с соусом красным	50/50
2. Гарнир гречневая крупа	150
3. Кисель плодово-ягодный	200
4. Фрукты	100
5. Хлеб ржано-пшеничный	40
6. Творог с сахаром	14
<b>Четверг</b>	<b>Выход</b>
1. Рыба запеченная с соусом	50/50
2. Пюре картофельное	150
3. Чай с сахаром	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат витаминный	100
6. Мед	10
<b>Пятница</b>	<b>Выход</b>
1. Зразы с рисом, с маслом сливочным	70/20
2. Рагу из овощей	150
3. Чай с лимоном, с сахаром	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат витаминный	100
6. Мед	10



## МЕНЮ

(3-я неделя) для детей 6-11 лет

<b>Понедельник</b>	<b>Выход</b>
1. Котлета запеченная с соусом	50/50
2. Гарнир гречневая крупа	150
3. Чай с молоком, с сахаром	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Яблоко свежее	100
6. Мед	10
<b>Вторник</b>	<b>Выход</b>
1. Азу по-татарски	50/50
2. Чай с сахаром	200
3. Хлеб ржано-пшеничный	40
4. Салат из свежих овощей	100
5. Кефир	200
<b>Среда</b>	<b>Выход</b>
1. Шницель рубленый, соус красный	50/50
2. Макароны отварные	150
3. Хлеб ржано-пшеничный	40
4. Яблоко свежее	100
5. Какао с молоком	200
6. Мед	10
<b>Четверг</b>	<b>Выход</b>
1. Биточки рыбный, соус красный основной	50/50
2. Картофельное пюре, капуста тушен.	150
3. Чай с лимоном, с сахаром	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат из свежих овощей	100
<b>Пятница</b>	<b>Выход</b>
1. Плов из курицы	50/150
2. Кисель	200
3. Хлеб ржано-пшеничный	40
4. Салат из свежих овощей	100
5. Мед	10

*Всего 1000*

## МЕНЮ

(4-я неделя) для детей 6-11 лет

<b>Понедельник</b>	<b>Выход</b>
1. Каша молочная ячневая с масло сливочным	200/10
2. Булочка с изюмом	50/15
3. Какао с молоком	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Яблоко свежее	100
6. Мед	10
<b>Вторник</b>	<b>Выход</b>
1. Биточки рубленные с соусом	50/50
2. Гарнир гречневая крупа	150
3. Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат из свежих овощей	100
6. Булочка с сыром	50/3
<b>Среда</b>	<b>Выход</b>
1. Жаркое домашнее с курицей	50/150
2. Чай с лимоном, с сахаром	200
3. Хлеб ржано-пшеничный	40
4. Яблоко свежее	100
5. Мед	10
<b>Четверг</b>	<b>Выход</b>
1. Котлета "Океан", с маслом сливочным	50/50
2. Пюре гороховое	150
3. Папйток из сухофруктов витаминизированный	200
4. Хлеб ржано-пшеничный	40
5. Салат из свежих овощей	100
6. Пирожок с яблоком	60
<b>Пятница</b>	<b>Выход</b>
1. Тефтели тушеные в соусе	50/50
2. Макароны отварные	150
3. Чай с сахаром	200
4. Хлеб ржано – пшеничный	40
5. Салат овощной	100
6. Молоко	200
7. Мед	10

*Вар*    *АЛ*    *ФМ*