

Перспективное меню

Лето-осень

Утверждаю
И.О. Директора школы
А.М. Чинасипова
« 04 » 06 2025 год.

	завтрак	выход	к/п		2 завтрак	выход	к/п	обед	выход	к/п		полдник	выход	к/п		к/п за 1 день
1 день	Каша рисовая на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный с маслом	200 180 20/5	290 143 48,3 37,4	518,7	Биос	150	82	Соленый огурец Суп гречневый на к/б Котлета на гарнир картофельное пюре Кисель Хлеб пшеничный	40 180 200 180 40	51,6 138,5 293,1 106,2 91,6	681	Каша кукурузная на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный	200 180 20	325 143 48,3	516,3	1798
2 день	Каша манная на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный с сыром	200 180 20 10	240 143 48,3 29	460,3	Сок с печеньем	180/10	92/ 31,2	Салат из св.овощей с/м Суп крестьянский на к/б Беф-строганы гарнир крупа ячневая Компот Хлеб пшеничный	50 180 70 130 180 40	53 115,3 108 184 108 91,6	659,9	Пирожки с повидлом Чай сладкий с молоком	100 180	213,9 143	356,9	1600,3
3 день	Каша геркулесовая на м/м Чай с лимоном Хлеб пшеничный с маслом	200 180 20 5	345 60,2 48,3 37,4	490,9	Фрукты	60	30	Салат морковный с яблоком с/м Рассольник на к/б со сметаной Манты Кисель Хлеб пшеничный	50 180 200 180 40	61 172,5 484,4 106,2 91,6	915,7	Суп молочный вермишелевый с маслом Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный	200 180 20	223 143 48,3	414,3	1850,9
4 день	Каша пшеничная на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный с сыром	200 180 20/10	334 134,7 48,3/ 29	546	Молоко с печеньем	200/10	113, 4 31,2	Свекольник на к/б со сметаной Плов Компот Хлеб пшеничный	180 200 180 40	200,7 342 108 91,6	794,3	Овощное рагу Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный	200 180 20	274,2 143 48,3	465,5	1950,4

5 день	Каша ячневая на м/м Чай с лимоном Хлеб пшеничный с повидлом	200 180 20 5	287,5 60,2 48,3 53,7	449,7	Био-с	150	82	Салат «витаминовый» с/м Суп лапша домашняя на к/б Жаркое Кисель Хлеб пшеничный	50 180 200 180 40	52 322 298,7 106,2 91,6	818,5	Каша манная на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный	200 180 20	240 143 48,3	431,3	1781,5
6 день	Каша геркулесовая на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный с маслом	200 180 20 5	345 143 48,3 37,4	573,7	Сок Печенье	180 10	99 31,2	Салат из св. огурцов с/м Борщ на к/б со сметаной Пельмени с маслом Компот Хлеб пшеничный	50 180 200 180 40	38 181 550 108 91,6	968,6	Суп гречневый на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный	200 180 20	221,6 143 48,3	412,9	1998,4
7 день	Каша пшенная на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный с сыром	200 180 20 5	289,4 143 48,3 29	509,6	Фрукты	60	30	Салат «капустный» Суп картофельный с зеленым горошком на кур.б Рыбный котлеты на гарнир рис Кисель Хлеб пшеничный	50 180 70 130 180 40	61 231 158,4 129,2 106,2 91,6	777,4	Блины с маслом и с повидлом Чай сладкий с молоком	100 180	357,3 143	500,3	1817,3
8 день	Каша гречневая на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный с маслом	200 180 20 5	288 143 48,3 37,4	516,7	Био-с	150	82	Салат морковный с чесноком Суп гороховый на к/б Гуляш гарнир рожки отварные Компот Хлеб пшеничный	50 180 70 130 180 40	56 248 198,7 135 108 91,6	837,3	Зразы картофельные со сметаной Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный	200 180 20	280 143 48,3	444,3	1880,3
9 день	Каша кукурузная на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный с сыром	200 180 20 5	325 143 48,3 29	545,3	Фрукты	60	31,5	Салат солнечный с /м Суп ячневый на к/б Голубцы со сметаной Кисель Хлеб пшеничный	50 180 200 180 40	57 161 310 106,2 91,6	725,8	Вареники с творогом Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный	200 180 20	335 143 48,3	526,3	1828,9
10 день	Каша манная на м/м Чай сладкий с молоком Хлеб пшеничный с маслом	200 180 20/5	240 143 48,3 37,4	468,7	Сок с печеньем	180 10	92 31,2	Салат «розовый» с/м Суп с мясными фрикадельками Азу по-татарски с гречневым гарниром Компот Хлеб пшеничный	50 180 200 180 40	50 168,6 283 108 91,6	701,2	Сдоба Чай сладкий с молоком	100 180	278,1 143	421,1	1714,2