

«Утверждаю»

Директор ГКУ «Обиточненская СОШ»

Соколов

И.П. Соколова

Перспективное 2-х недельное меню на осенний период для 1-4 классов

1-я неделя	Обед	Масса	Полудник	Масса
Понедельник	Салат из свежих огурцов	100	Сырники со сметаной или сгущенкой	160/40
	Суп гороховый	250	Хлеб пшеничный	30
	Мясо тушенное с овощами в соусе	220	Кофейный напиток с молоком	200
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Масло сливочное	10		
	Компот из свежих фруктов	200		
Вторник	Икра кабачковая	60	Булочка ванильная	60
	Суп с рыбных консервов	250	Молоко	200
	Капуста тушеная с мясом, рисом в сметане	160/10		
	Каша пшеничная	180		
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Масло сливочное	10		
	Кисель из концентратов	180		
Среда	Салат из свежих помидор и огурцов	60	Кексы с изюмом	50
	Суп с макаронами	250	Сок	200
	Плов из птицы	230		
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Масло сливочное	10		
	Компот из свежих плодов	200		
Четверг	Салат из свеклы	50	Печенье	70
	Борщ со сметаной	250/10	Какао	180
	Макароны отварные	180		
	Котлета мясная	70		
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Масло сливочное	10		
	Сыр твердый	15		
	Кисель фруктовый	200		
Пятница	Салат из свежих огурцов и помидор	60		

	Суп с клецками и сметаной	250/10		
	Каша пшенная с отварной сосиской	180/50		
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Масло сливочное	10		
	Компот из свежих фруктов	200		

2-я неделя	Обед	Масса	Полудник	Масса
Понедельник	Салат с капусты	100	Икра кабачковая	60
	Суп картофельный		Омлет натуральный	150
	рыбный с крупой	250	Хлеб с маслом	30/5
	Жаркое по-домашнему	230	Сок	120
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Сыр твердый	15		
	Какао	180		
Вторник	Салат с помидор	50	Печенье	80
	Рассольник по-Ленинградски	250	Кофейный напиток с молоком	180
	Макароны отварные	180		
	Рыба припущенная с овощами	80		
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Масло сливочное	10		
	Сок	120		
Среда	Салат с капусты	100	Сочник с творогом	90
	Борщ со сметаной	250/10	Ряженка	180
	Пюре картофельное	180	Фрукты	120
	Гуляш	100		
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Масло сливочное	10		
	Кисель из свежих фруктов	200		
Четверг	Суп картофельный с мясными	250	Ленивые вареники в сметанном соусе	100/15
	фрикадельками	180	Кофе с молоком	180
	Капуста тушеная	180		
	Каша гречневая	180		
	Масло сливочное	15		
	Сыр твердый	20		
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Компот	200		
Пятница	Салат из свежих овощей	60	Печенье	80
	Суп крестьянский	250	Ряженка	120
	Рагу из овощей	180		
	Тефтели из печени с рисом	100		
	Масло сливочное	10		
	Хлеб пшеничный	20		
	Хлеб ржаной	30		
	Чай	180		