

Утверждаю

"01" сентября 2020г.

директор МБОУ "Арлюкская СОШ"

Северина Анна Николаевна



Примерное цикличное круглогодичное 10-дневное меню на возраст от 7 лет и старше

МБОУ "Арлюкская СОШ"

Дни/наименование блюд	Выход/гр./шт.
<b>1 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Плов с отварной курицы	300
Икра кабачковая	50
Чай с сахаром	200/15
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Щи с куриным мясом со сметаной	250/15/10
Чай с сахаром	
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Гречка отварная	150
Куры тушеные в соусе	100/50
Кисель фруктовый	200
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Свекольник с куриным мясом со сметаной	250
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>3 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Гороховое пюре	150
Колбаса отварная	100
Соус томатный	50
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Суп Гречневый с куриным мясом	250
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	30

Хлеб Бородинский	15
<b>4 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Макароны отварные	150
Котлета куриная	100
Соус томатный	50
Чай с сахаром	200/15
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Суп с рыбными консервами	250
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>5 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Борщ с куриным мясом со сметаной	250/15/10
Сок фруктовый	200
Повидло	30
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Омлет натуральный	150
Чай с сахаром	200/15
Хлеб Бородинский	15
Хлеб пшеничный	30
<b>6 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Капуста тушеная	150
Сосиска отварная	80
Соус томатный	50
Чай с сахаром	200/15
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Суп «Крестьянский» с куриным мясом со сметаной	250
Чай с сахаром	200/15
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>7 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Рис с овощами	150
Рыба жаренная (горбуша)	100
Соус томатно-сметанный	50
Чай с сахаром	200/15
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Суп гороховый	250
Чай с сахаром	200/15



Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>8 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Картофельное пюре	150
Гуляш куриный	150
Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Рассольник с куриным мясом со сметаной	250
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>9 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Макароны отварные	150
Тефтели куриные	100
Соус томатный	50
Кисель фруктовый	200
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Суп «Охотничий»	250
Чай с сахаром	200
Хлеб Бородинский	15
Хлеб пшеничный	30
<b>10 день</b>	
<b>1 питание</b>	
Суп «Сборный» с курицей со сметаной	250
Сок фруктовый	200
Повидло	30
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15
<b>2 питание</b>	
Творожная запеканка со сгущенным молоком	80/10
Чай с сахаром	200/15
Хлеб пшеничный	30
Хлеб Бородинский	15