

Директор школы



12 – тидневное меню для обучающихся
МБОУ Чыргаладинской СОШ (возраст 7-18 лет)
Декабрь с 06.12.21 по 18.12.21 г.

День п/п	Наименование дней недели	№ рецеп.	Наименование блюд	Масса порции (1/г)	
1 день	Понедельник	4	Каша молочная пшениная	250	
		382	Какао с молоком	200	
	Завтрак	1	Хлеб пшеничный	40	
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20	
		187	Щи из свежей капусты	300	
	Обед	309	Макароны отварные с маслом	180	
		278	Говядина тушенная	90	
		38	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	
		399	Сок натуральный яблочный	200	
		1	Хлеб пшеничный	40	
		18	Фрукты (груши)	100	
		390	Каша манная	250	
	2 день	Вторник	943	Чай с сахаром	200
1			Хлеб пшеничный	40	
Завтрак			Кондитерские изделия в инд упаковке	20	
		98	Суп с вермишелью	300	
		304	Рис отварной	180	
		536	Сосиски отварные	90	
		71	Огурец порционный	50	
		б/н	Чай с лимоном	200	
		1	Хлеб пшеничный	40	
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20	
3 день	Среда	173	Каша рисовая молочная	250	
		945	Чай с молоком	200	
	Завтрак	б/н	Хлеб пшеничный	40	
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20	
		132	Суп гороховый с мясом и картофелем	300	
	Обед	265	Плов мясной из говядины	120	
		376	Чай с лимоном и сахаром	200	
		б/н	Хлеб пшеничный	40	
		399	Фрукты (мандарины)	100	
		45	Салат из белокочанной капусты	70	
		б/н	Хлеб пшеничный	40	
	4 день	Четверг	382	Какао с молоком	200
				Кондитерские изделия в инд упаковке	20
84			Суп картофельный рыбный с крупой	300	
Обед		309	Макароны отварные с маслом	180	
		255	Биточки рыбные	60	
		19	Хлеб пшеничный	40	
		868	Компот из сухофруктов	200	
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20	
		173	Каша «Геркулес»	250	
5 день		Пятница	б/н	Хлеб пшеничный	40
	392		Чай с сахаром	200	
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20	
	Обед	61	Щи из свежей капусты с картофелем	300	
		321	Картофельное пюре	180	
		277	Гуляш из отварного мяса	80	
			Творог со сметаной и с сахаром	80	
		376	Кисель фруктовый	200	
		б/н	Хлеб пшеничный	40	
	6 день	Суббота	1	Хлеб с повидлой	40
			Творог со сметаной и сахаром	80	
394			Чай с молоком	200	
Завтрак			Кондитерские изделия в инд упаковке	20	
		182	Каша пшениная молочная с маслом	250	
			Лепешка сметанная	60	
Обед	394	Чай с молоком	200		
	б/н	Хлеб пшеничный	40		

1 день	Понедельник	182	Каша пшеничная молочная с маслом	250
		31	Салат из свеклы с сыром	60
	Завтрак	397	Какао с молоком	200
		б/н	Хлеб пшеничный	40
		75	Рассольник домашний	300
	Обед	508	Перловка отварная рассыпчатая	180
		277	Гуляш из отварного мяса	80
		376	Компот из сухофруктов	200
		338	Фрукты (яблоко)	100
		б/н	Хлеб пшеничный	40
2 день	Вторник	185	Каша рисовая молочная	250
		14	Масло сливочное (порциями)	35
		71	Помидоры свежие (порциями)	80
		420	Чай с сахаром	200
	Завтрак	б/н	Хлеб пшеничный	40
		222	Суп тувинский	300
		302	Гречка рассыпчатая	180
		277	Гуляш из отварного мяса	80
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20
		397	Какао с молоком	200
	Обед	б/н	Хлеб пшеничный	40
		195	Каша манная с изюмом	250
		394	Чай с молоком	200
		б/н	Хлеб пшеничный	40
		Кондитерские изделия в инд упаковке	20	
295		Гороховый суп	300	
286		Плов мясной из говядины	180	
		Творог со сметаной с сахаром	80	
3 день	Среда	392	Чай с медом	200
		б/н	Хлеб пшеничный	40
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20
	Завтрак	295	Гороховый суп	300
		286	Плов мясной из говядины	180
			Творог со сметаной с сахаром	80
		392	Чай с медом	200
		б/н	Хлеб пшеничный	40
		182	Каша ячневая	250
		209	Яйца вареные	40
4 день	Четверг	б/н	Кисель	200
		б/н	Хлеб пшеничный	40
		57	Борщ с капустой и картофелем	300
	Завтрак	321	Картофельное пюре	180
		234	Биточки рыбные	90
		376	Компот из сухофруктов	200
		б/н	Хлеб пшеничный	40
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20
		173	Каша «Геркулес»	250
		376	Чай с сахаром	200
5 день	Пятница	б/н	Хлеб пшеничный	40
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20
		101	Суп картофельный с рисом	300
	Завтрак	321	Капуста тушеная с мясом	120
		б/н	Салат фруктовый	80
		639	Компот из изюма	200
		б/н	Хлеб пшеничный	40
			Кисломолочный напиток «Снежок»	200
6 день	Суббота		Кондитерские изделия в инд упаковке	20
			Каша пшеничная	250
	Завтрак	26	Чай с сахаром	200
		376	Хлеб пшеничный	40
		б/н	Хлеб пшеничный	40
			Кондитерские изделия в инд упаковке	20