

Директор школы:



12 – тидневное меню для обучающихся
МБОУ Чыргаландинской СОШ (возраст 7-18 лет)
Ноябрь с 22.11.21 по 04.12.21 г.

День п/п	Наименование дней недели	№ рецеп.	Наименование блюд	Масса порции (1/г)
1 день	Понедельник Завтрак	199	Каша пшеничная молочная	200
		415	Какао с молоком	200
		19	Хлеб пшеничный	30
			Кондитерские изделия в инд.упаковке	20
	Обед	155	Суп с лапшой	250
			Капуста тушеная	200
		19	Хлеб пшеничный	30
		399	Фрукты (мандарины)	100
		455	Компот из сухофруктов	200
		2 день	Вторник Завтрак	202
19	Хлеб пшеничный			30
	Конфеты шоколадные			20
420	Чай с сахаром			200
Обед			Суп тувинский	200
	312		Пюре картофельное	180
	306		Тефтели из говядины	120
	47		Салат овощной	150
	19		Хлеб пшеничный	30
	415		Какао с молоком	200
3 день	Среда Завтрак	195	Каша манная с изюмом	250
			Кондитерское изделие в инд.упаковке	20
		19	Хлеб пшеничный	30
			Чай с молоком	200
	Обед	132	Гороховый суп	225
		286	Плов мясной	180
		19	Хлеб пшеничный	30
			Творог со сметаной	80
		423	Чай с лимоном и сахаром	200
		4 день	Четверг Завтрак	10,4
	Кондитерские изделия в инд.упаковке			20
19	Хлеб пшеничный			30
397	Какао с молоком			200
Обед	84		Суп картофельный рыбный с крупой	300
	323		Макароны отварные с маслом	230
	394		Тефтели рыбные	120
			Фрукты (яблоко)	100
	19		Хлеб пшеничный	30
	372		Компот из сухофруктов	200
5 день	Пятница Завтрак	173	Каша «Геркулес»	200
		19	Хлеб пшеничный	30
			Кондитерские изделия в инд.упаковке	20
		420	Чай с сахаром	200
	Обед	157	Щи из свежей капусты с картофелем	250
		84	Каша перловая рассыпчатая	200
			Сок натуральный	200
		39	Помидоры свежие	280
		19	Хлеб пшеничный	30
		6 день	Суббота Завтрак	35
453	Ватрушка с повидлом			60
382	Какао с молоком			200
19	Хлеб пшеничный			30
Обед	182		Каша пшеничная	250
	453		Ватрушка с повидлом	50
	506		Чай с лимоном	200
	19		Хлеб пшеничный	30

День п/п	Наименование дней недели	№ рецеп.	Наименование блюд	Масса порции (1/r)
1 день	Понедельник Завтрак	99	Каша ячневая с маслом сливочным	250
		114	Чай с молоком	200
		331.01	Кондитерские изделия в инд.упаковке	20
		б/н	Хлеб пшеничный	40
	Обед	98	Суп с вермишелью	300
		51	Жаркое по домашнему	120
			Порционный помидор	60
		338	Фрукты (груши)	100
			Чай с медом	200
			Хлеб пшеничный	40
2 день	Вторник Завтрак	284	Каша манная сливочное с маслом	250
		943	Чай с сахаром	200
			Кондитерские изделия в инд.упаковке	20
		б/н	Хлеб пшеничный	40
	Обед	160	Суп картофельный с рисом	300
		152	Перловка с мясом	120
		394	Фрукты (банан)	100
		349	Компот из сухофруктов	200
		б/н	Хлеб пшеничный	40
3 день	Среда Завтрак	4	Каша пшеничная с молоком	250
		394	Компот из сухофруктов	200
		394	Фрукты (банан)	100
			Хлеб пшеничный	40
	Обед	56	Борщ с майонезным соусом	300
		304	Плов из мяса птицы	120
			Помидоры порционные	80
		382	Какао с молоком	200
		1188	Кондитерские изделия в инд.упаковке	20
			Хлеб пшеничный	40
4 день	Четверг Завтрак	42	Сыр порциями	20
		4	Каша рисовая молочная	250
			Чай с медом	200
			Кондитерские изделия в инд.упаковке	20
	Обед		Хлеб пшеничный	40
		79	Суп пшеничная	300
		254	Рыба запеченная	90
		309	Макаронные изделия отварные	180
		11012	Фруктовый салат	60
			Чай с медом	200
5 день	Пятница Завтрак		Хлеб пшеничный	40
		173	Каша вязкая на молоке из овсяных хлопьев	250
		878	Хлеб пшеничный	50
			Чай с медом	200
	Обед	140	Суп картофельный с вермишелью	300
		39.01	Гуляш куриный	90
		186	Каша гречневая рассыпчатая	180
		517	Кисель фруктовый	200
		878	Хлеб пшеничный	50
			Кондитерские изделия в инд.упаковке	20
6 день	Суббота Завтрак	42	Сыр порциями	20
		14	Масло порциями	20
		114	Чай с молоком	200
		878	Хлеб пшеничный	50
		399	Фрукты (мандарины)	100
	Обед	4	Каша рисовая	250
		769	Булочка домашняя	100
		33	Чай с лимоном	200
		878	Хлеб пшеничный	50