

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 7



Мамедова Л.Н.

Утверждаю

Директор ООО «Вавилон»



Халилов Р.И.

# Примерное двухнедельное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд для организации питания детей

Меню разработано по сборникам рецептов:  
(М.П. Могильный, В.Т. Лапшина, А.И. Здобнов,  
В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, А.В. Румянцева)

# Завтраки школа с 01.01.2024.

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" на Молоке	200	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	80	Запеканка из вермишели с яйцом	150	Салат из моркови с яблоком	80	Омлет натуральный	80
Масло сливочное порциями	15	Плов из курицы	200	Сыр порциями	20	Курица отварная	80	Каша манная жидкая Молочная	200
Яйца вареные	40	Компот из смеси сухофруктов	180	Чай с сахаром	180	Макаронные изделия отварные	150	Какао с молоком	180
Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Компот из смеси сухофруктов	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30
Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10
Хлеб ржаной 10 гр	10	Вафли	50	Мандарин	140	Хлеб ржаной 10 гр	10	Печенье	50
Яблоки	150								
<b>8 день понедельник</b>		<b>9 день вторник</b>		<b>10 день среда</b>		<b>11 день четверг</b>		<b>12 день пятница</b>	
<b>Завтрак</b>									
Каша манная жидкая Молочная	200	Макаронные изделия, запеченные с сыром	160	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" на Молоке	200	Омлет натуральный	80	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	80
Масло сливочное порциями	15	Яйца вареные	40	Масло сливочное порциями	15	Сыр порциями	20	Плов из курицы	200
Какао с молоком	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Чай с сахаром	180	Какао с молоком	180	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10
Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30
Яблоки	150			Пряники	50	Мандарин	140		



Обед школа с 01.01.2024г.

1 день понедельник	2 день вторник	3 день среда	4 день четверг	5 день пятница
Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	Суп-хинкал	Салат "Витаминка" 80г	Суп картофельный рисовый на бульоне
250	80	250	80	250
Плов из курицы	Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне	Курица отварная	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на бульоне	Гуляш из говядины
250	250	80	250	100
Чай с сахаром	Котлеты "Школьные"	Каша гречневая рассыпчатая	Рыба запеченная	Каша пшеничная рассыпчатая
180	80	150	80	150
Хлеб пшеничный 40 гр	Макаронные изделия отварные	Сок	Гарнир "Овощная смесь"	Чай с сахаром
40	150	180	150	180
Хлеб ржаной 20 гр	Компот из смеси сухофруктов	Хлеб пшеничный 40 гр	Компот из смеси сухофруктов	Хлеб пшеничный 40 гр
20	180	40	180	40
Печенье	Хлеб пшеничный 40 гр	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб пшеничный 40 гр	Хлеб ржаной 20 гр
50	40	20	40	20
Яблоки	Хлеб ржаной 20 гр	Мандарин	Хлеб ржаной 20 гр	
150	20	140	20	20

8 день понедельник	9 день вторник	10 день среда	11 день четверг	12 день пятница
Обед				
Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне	Салат "Школьный" 80г	Борщ с капустой и картофелем на бульоне	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на бульоне	Салат из моркови с яблоком
250	80	250	250	80
Курица отварная	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне	Гуляш из говядины	Рыба запеченная	Суп картофельный с пшеничной крупой на бульоне
80	250	100	80	250
Рис отварной	Котлеты "Школьные"	Каша гречневая рассыпчатая	Гарнир "Овощная смесь"	Филе курицы, тушенное в соусе томатном
150	80	150	150	100
Компот из смеси сухофруктов	Каша пшеничная рассыпчатая	Компот из смеси сухофруктов	Сок	Макаронные изделия отварные
180	150	180	180	150
Хлеб пшеничный 40 гр	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный 40 гр	Хлеб пшеничный 40 гр	Компот из смеси сухофруктов
40	180	40	40	180
Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб пшеничный 40 гр	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб пшеничный 40 гр
20	40	20	20	40
Яблоки	Хлеб ржаной 20 гр	Мандарин	Печенье	Хлеб ржаной 20 гр
150	20	140	50	20