

«УТВЕРЖДАЮ»

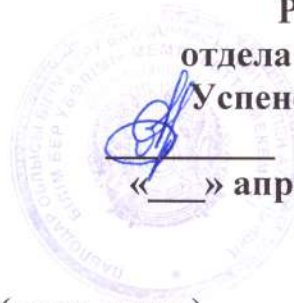
Руководитель

отдела образования

Успенского района

А.Жиренова

«___» апреля 2022 год



**Перспективное сезонное (лето-осень)
двухнедельное меню блюд
по Успенскому району
для детей из фонда Всеобуча и учащихся 1-4 классов**

	<i>1 неделя</i>		
	<i>1 день</i>		
<i>Наименование блюда</i>	<i>1-4 класс</i>	<i>Всеобуч</i>	
	<i>7-10 лет</i>	<i>11-14 лет</i>	<i>15-18 лет</i>
	<i>Выход в граммах</i>		
Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
Куры отварные	80	90	100
Гарнир: гречка отварная	100	130	150
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Молоко	200	200	200
Мед	10	10	10
Яблоко	200	200	200
	<i>2 день</i>		
Суп лапша домашняя	200	230	250
Гарнир: перловка	100	130	150
Котлеты мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
Салат витаминный	60	80	100
Компот из свежих плодов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	<i>3 день</i>		
Рассольник	200/25	230/25	250/25
Рагу (говядина)	140/60	140/60	140/60
Кефир	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Сузбеше	100	100	100
Мед	10	10	10
	<i>4 день</i>		
Суп с вермишелью	200/25	230/25	250/25
Салат из свежих помидор и огурцов	60	80	100
Тушеная рыба в соусе	75	75	75
Гарнир: крупа пшеничная	100	130	150
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

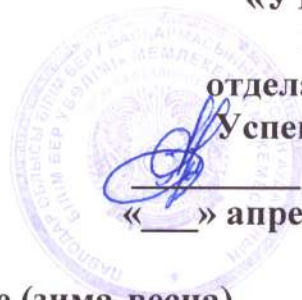
	5 день		
Борщ (говядина)	200/25	230/25	250/25
Зразы рубленые	80	90	100
Гарнир : рис припущенный	100	130	150
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Кисель	200	200	200
	2 неделя		
	1 день		
Суп гречневый	200/25	230/25	250/25
Гуляш (говядина)	60	80	100
Гарнир: пюре картофельное	100	130	150
Салат свекольный	60	80	100
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Мед	10	10	10
	2 день		
Суп с вермишелью	200/25	230/25	250/25
Плов (говядина)	150	180	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Кисель	200	200	200
Яблоко	200	200	200
	3 день		
Щи со свежей капусты	200/25	230/25	250/25
Салат из свежих огурцов	60	80	100
Жаркое по-домашнему (говядина)	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Чай сладкий	200	200	200
Мед	10	10	10
	4 день		
Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
Тефтели из минтая	80	90	100
Гарнир: гречка отварная	100	130	150
Кефир	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Сузбеше	100	100	100
	5 день		
Суп харчо	200/25	230/25	250/25
Макароны отварные	100	130	150
Котлеты мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
Салат из свежих овощей	60	80	100
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Мед	10	10	10

Все нормы продуктов и наименования блюд взяты из единых стандартов по рациону питания школьников!!!

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководитель
отдела образования
Успенского района
А.Жиренова

«___» апреля 2022г.



**Перспективное сезонное (зима-весна)
двухнедельное меню блюд
по Успенскому району
для детей из фонда Всеобуча и учащихся 1-4 классов**

<i>Наименование блюда</i>	<i>1 неделя</i>		
	<i>1 день</i>		
	<i>1-4 класс</i>	<i>Всеобуч</i>	
	<i>7-10 лет</i>	<i>11-14 лет</i>	<i>15-18 лет</i>
	<i>Выход в граммах</i>		
Суп лапша домашняя (курица)	200/25	230/25	250/25
Тефтели мясные	80	90	100
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
Сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Молоко	200	200	200
Мед	10	10	10
	<i>2 день</i>		
Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
Жаркое по-домашнему	200	200	200
Салат из свежих овощей	60	80	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Кисель из плодов шиповника	200	200	200
	<i>3 день</i>		
Рассольник	200/25	230/25	250/25
Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
Гарнир: капуста тушеная	100	130	150
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Чай сладкий	200	200	200
Яблоко	200	200	200
Мед	10	10	10
	<i>4 день</i>		
Суп рисовый	200/25	230/25	250/25
Рыбная котлета	80	90	100
Гарнир: картофельное пюре	100	130	150
Салат морковный	60	80	100
Сок натуральный	200	200	200

Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
5 день			
Суп-харчо	200/25	230/25	250/25
Котлеты мясные	75/5	85/5	95/5
Гарнир: рис отварной	100	130	150
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Мед	10	10	10
Чай сладкий	200	200	200
2 неделя			
1 день			
Суп с вермишелью	200/25	230/25	250/25
Зразы рубленые	80	90	100
Гарнир: перловка	100	130	150
Салат из белокочанной капусты	60	80	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Чай сладкий	200	200	200
Сузбеше	100	100	100
2 день			
Суп с бобовыми	200/25	230/25	250/25
Плов (говядина)	150/50	180/50	200/50
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Яблоко	200	200	200
Мед	10	10	10
3 день			
Щи из свежей капусты	200/25	230/25	250/25
Голубцы с мясом и рисом	200	200	200
Салат свекольный	60	80	100
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
4 день			
Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
Гарнир: рис	100	130	150
Рыба припущенная с соусом	75/50	75/50	75/50
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Кисель	200	200	200
Мед	10	10	10
5 день			
Суп из овощей	100	130	150
Гарнир: макароны отварные	100	130	150
Биточки мясные	75/5	85/5	95/5
Чай сладкий	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Салат витаминный	60	80	100