

Утверждаю:
И.о. директора
КГУ «Равнопольская ООШ»
М. Сакауб
01 апреля 2022г.

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

Наименование блюда	1 неделя		
	1 день		
	1-4 класс	Всеобуч	
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
	Выход в граммах		
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
	2 день		
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
	3 день		
Рассольник	200/25	230/25	250/25
Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
Гарнир: капуста тушенная	100	130	150
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Чай сладкий	200	200	200
Яблоко	200	200	200
Мед	10	10	10
	4 день		
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