


Утверждаю:
 Руководитель отдела образования
 Успенского района  Жиренова А.К.



**Перспективное сезонное (лето-осень)
 двухнедельное меню блюд на 2021 год
 по Успенскому району
 для детей из фонда Всеобуча и детей 1-4 класс**

<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
Сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Молоко	200	200	200
Мед	10	10	10
Булочка		100	100
	<i>2 день</i>		
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
Вафли		100	100
	<i>3 день</i>		
Рассольник (говядина)	200/25	230/25	250/25
Сузбеше	100	100	100
Кефир	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Яблоко		200	200
	<i>4 день</i>		
Салат из свежих помидор и огурцов	60	80	100
Рыбная припущенная	75/50	75/50	100/50
Гарнир: картофельное пюре	100	130	150
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пряник		70	70
	<i>5 день</i>		

Борщ (говядина)	200/25	230/25	250/25
Сузбеше	100	100	100
Чай черный сладкий	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Печенье		80	80
2 неделя			
1 день			
Гуляш (говядина)	60	80	100
Гарнир: гречка рассыпчатая	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
Вафли		100	100
2 день			
Суп с вермишелью (говядина)	200/25	230/25	250/25
Сузбеше	100	100	100
Кисель с витамином С	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пряник		70	70
3 день			
Салат из свежих огурцов	60	80	100
Жаркое по-домашнему (говядина)	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Молоко	200	200	200
Печенье		80	80
4 день			
Тефтели из минтая	80	90	100
Овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
Кефир	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Яблоко		200	200
5 день			
Макароны отварные	100	130	150
Зразы рубленые	80	90	100
Салат из свежих овощей	60	80	100
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пряник		70	70

Утверждаю:
 Руководитель отдела образования
 Успенского района  Жиренова А.К.

**Перспективное сезонное (зима-весна)
 двухнедельное меню блюд на 2021 год
 по Успенскому району
 для детей из фонда Всеобуча и детей 1-4 класс**

<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
Сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Чай сладкий	200	200	200
Мед	10	10	10
Печенье		80	80
	<i>2 день</i>		
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
Булочка		100	100
	<i>3 день</i>		
Рассольник (говядина)	200/25	230/25	250/25
Сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Кефир	200	200	200
Яблоко	200	200	200
Вафли		100	100
	<i>4 день</i>		
Рыбная котлета	80	90	100
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
Салат морковный	60	80	100
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Банан		200	200
	<i>5 день</i>		
Суп-харчо	200/25	230/25	250/25
Мед	10	10	10

Сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Молоко	200	200	200
Пряник		70	70
2 неделя			
1 день			
Зразы рубленые	80	90	100
Гарнир: перловка	100	130	150
Салат из белокочанной капусты	60	80	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Мед	10	10	10
Чай с молоком	200	200	200
Печенье		80	80
2 день			
Суп с бобовыми	200/25	230/25	250/25
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Яблоко	200	200	200
Вафли		100	100
3 день			
Плов (говядина)	150	180	200
Сок натуральный	200	200	200
Сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Пряник		70	70
4 день			
Тушеная рыба	75	75	75
Овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
Салат из свежих овощей	60	80	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Кисель	200	200	200
Булочка		100	100
5 день			
Суп из овощей	100	130	150
Мед	10	10	10
Молоко	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Яблоко		200	200

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