

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



**Перспективное сезонное (лето-осень)  
 двухнедельное меню блюд на 2021 год  
 по Успенскому району**

<i>1 неделя</i>			
<i>1 день</i>			
<i>Наименование блюда</i>	<i>7-10 лет</i>	<i>11-14 лет</i>	<i>15-18 лет</i>
<i>Порции 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
<i>2 день</i>			
Перловка	100	130	150
Котлеты мясные	75/5	85/5	95/5
Салат витаминный	60	80	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Кисель	200	200	200
<i>3 день</i>			
Рассольник (говядина)	200/25	230/25	250/25
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Яблоко	200	200	200
<i>4 день</i>			
Салат из моркови с яблоками	60	80	100
Рыба припущенная	75/50	75/50	100/50
Картофельное пюре	100	130	150
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
<i>5 день</i>			
Борщ (говядина)	200/25	230/25	250/25
Сузбеше	200	200	200
Чай черный сладкий	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
<i>6 день</i>			
Суп из овощей (курица)	200/25	230/25	250/25
Молоко	200	200	200
Мед	10	10	10
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

<b>2 неделя</b>			
<b>1 день</b>			
Гуляш (говядина)	60	80	100
Гречка рассыпчатая	100	130	150
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Мед	10	10	10
Салат свекольный	60	80	100
<b>2 день</b>			
Суп с вермишелью (говядина)	200/25	230/25	250/25
Сузбеше	100	100	100
Кисель	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
<b>3 день</b>			
Салат из свежих огурцов	60	80	100
Жаркое по – домашнему (говядина)	200	200	200
Молоко	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
<b>4 день</b>			
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	200
<b>5 день</b>			
Макаронны 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
<b>6 день</b>			
Мясо тушеное (говядина)	80	90	100
Рис припущенный	100	130	150
Молоко	200	200	200
Мед	10	10	10
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

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



**Перспективное сезонное (зима-весна)  
 двухнедельное меню блюд на 2021 год  
 по Успенскому району**

<i>1 неделя</i>			
<i>1 день</i>			
<i>Наименование блюда</i>	<i>7-10 лет</i>	<i>11-14 лет</i>	<i>15-18 лет</i>
<i>Порции в граммах</i>			
Суп лапша домашняя (курица)	200/25	230/25	250/25
Сузбеше	100	100	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Чай черный сладкий	200	200	200
Мед	10	10	10
<i>2 день</i>			
Жаркое по-домашнему	200	200	200
Салат из свежих овощей	60	80	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Кисель	200	200	200
<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
<i>4 день</i>			
Салат из моркови	60	80	100
Рыбная котлета	80	90	100
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
<i>5 день</i>			
Суп-харчо	200/25	230/25	250/25
Мед	10	10	10
Сузбеше	100	100	100
Чай черный сладкий	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
<i>6 день</i>			
Суп из овощей (курица)	200/25	230/25	250/25
Компот из сухофруктов	200	200	200
Яблоко	10	10	10
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

<b>2 неделя</b>			
<b>1 день</b>			
Зразы рубленые	80	90	100
Гарнир:перловка	100	130	150
Чай с молоком	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Мед	10	10	10
Салат из белокочанной капусты	60	80	100
<b>2 день</b>			
Суп с бобовыми	200/25	230/25	250/25
Яблоко	200	200	200
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
<b>3 день</b>			
Плов (говядина)	150	180	200
Сок натуральный	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Сузбеше	100	100	100
<b>4 день</b>			
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
Яблоко	200	200	200
Чай с молоком	200	200	200
<b>5 день</b>			
Суп из овощей	100	130	150
Мед	10	10	10
Кисель с витамином С	200	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
<b>6 день</b>			
Суп с крупой	200	230	250
Чай с молоком	200	200	200
Мед	10	10	10
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

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