

Утверждаю

**Меню  
(зима-весна)  
1 неделя**

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Тефтели мясные (говядина)	80	90	100
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
	Мед пчелиный	10	10	10
	Сыр	12	12	12
	Молоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>312,61</b>	<b>346,95</b>	<b>376,40</b>
				<b>345,32</b>
Вторник	Суп из овощей (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Салат морковный	60	80	100
	Кисель	200	200	200
	Яблоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>254,68</b>	<b>266,6</b>	<b>274,92</b>
				<b>267,76</b>
Среда	Рассольник (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Салат из свежих овощей	60	80	100
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>249,1</b>	<b>264,23</b>	<b>282</b>
				<b>265,11</b>
Четверг	Салат из моркови	60	80	100
	Тефтели из минтая	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
		<b>268,32</b>	<b>301,85</b>	<b>333,17</b>
				<b>301,11</b>
Пятница	Котлеты мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
	Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100	130	150
	Молоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>290,12</b>	<b>333,03</b>	<b>367,74</b>
				<b>330,30</b>

## 2 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельн ик	Борщ (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Мед пчелиный	10	10	10
	Сыр	12	12	12
	Молоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>265,43</b>	<b>273,28</b>	<b>276,73</b>
				<b>271,81</b>
Вторник	Салат из белокочанной капусты	60	80	100
	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	200	200
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	200
	Яблоко (ФВ)	100	100	100
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>298,9 (+54ФВ)</b>	<b>314,77 (+54ФВ)</b>	<b>328,65 (+54ФВ)</b>
				<b>314,10 (+54ФВ)</b>
Среда	Рыба тушеная	75/50	75/50	75/50
	Овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Сүзбеше (ФВ)	100	100	100
		<b>291,86 (195,75)</b>	<b>301,1 (195,75)</b>	<b>306,35 (195,75)</b>
				<b>299,77 (+195,75)</b>
Четверг	Суп гороховый (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Салат из свежих овощей	60	80	100
	Сок натуральный	200	200	200
	Яблоко	100	100	100
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>258,61</b>	<b>272,06</b>	<b>278,95</b>
				<b>269,87</b>
Пятница	Биточки мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
	Гарнир: рис припущенный	100	130	150
	Молоко	100	100	100
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>281,36</b>	<b>319,84</b>	<b>352,22</b>
				<b>317,81</b>

## 3 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Суп из овощей (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Кефир	200	200	200
	Яблоко	100	100	100
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	35
		<b>274,72</b>	<b>282</b>	<b>285,89</b>
			<b>280,87</b>	
Вторник	Зразы рубленые	80	90	100
	Гарнир: перловка	100	130	150
	Сок натуральный	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Сыр	12	12	12
	<b>280,03</b>	<b>311,51</b>	<b>341</b>	
			<b>310,85</b>	
Среда	Минтай припущенный	75/50	75/50	100/50
	Гарнир: пюре картофельное	100	130	150
	Молоко	200	200	200
	Мед (ФВ)	10	10	10
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	<b>282,97 (+18)</b>	<b>292,44 (+18)</b>	<b>364,63 (+18)</b>	
			<b>313,35 (+18)</b>	
Четверг	Борщ (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Сүзбеше	100	100	100
	<b>222,06 (+195,75)</b>	<b>229,91 (+195,75)</b>	<b>233,36 (+195,75)</b>	
			<b>228,44 (+195,75)</b>	
Пятница	Суп лапша домашняя (курица)	200/25	230/25	250/25
	Салат морковный	60	80	100
	Компот	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Яблоко	100	100	100
	Сыр	12	12	12
	<b>255,19</b>	<b>267,53</b>	<b>276,01</b>	
			<b>266,24</b>	

## 4 неделя

	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Понедельник	Котлеты мясные (говядина)	75/5	85/5	95/5
	Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100	130	150
	Компот из смеси с/ф	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>253,25</b>	<b>296,16</b>	<b>330,87</b>
				<b>293,42</b>
Вторник	Щи из свежей капусты (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Мед пчелиный	10	10	10
	Сыр	12	12	100
	Молоко	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>253.71</b>	<b>257.82</b>	<b>259.23</b>
				<b>256.92</b>
Среда	Тефтели мясные (говядина)	80	90	100
	Гарнир: капуста тушенная	100	130	150
	Кисель с витамином С	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>267,68</b>	<b>311,79</b>	<b>345,94</b>
				<b>308,47</b>
Четверг	Котлеты рыбные	80	90	100
	Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26	100/30	120/30
	Салат из свежих овощей	60	80	100
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
	Яблоко (ФВ)	100	100	100
		<b>266.66 (+55ФВ)</b>	<b>301,1 (+55ФВ)</b>	<b>329,34 (+55ФВ)</b>
				<b>299,03 (+55ФВ)</b>
Пятница	Суп-харчо (говядина)	200/25	230/25	250/25
	Салат из белокочанной капусты	60	80	100
	Кефир	200	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
		<b>293.46</b>	<b>317.23</b>	<b>338.41</b>
				<b>316.37</b>