



«Утверждаю»

Директор МБОУ КСОШ _____ Езякин В.И.

Примерное десятидневное меню обучающихся от 7-11 лет

№	Наименование блюда	Масса порции
1- день	Салат из свежей капусты с раст.маслом,лук	60
	Борщ	200
	Колбаса отварная	80
	Рисовый гарнир	150
	Хлеб	60
	Кисель	200
2- день	Суп рыбный перловый	200
	Котлета мясная в соусе	80
	Картофельное пюре	150
	Хлеб	60
	Компот из сухофруктов	200
3- день	Салат свекольный раст.м	100
	Суп куриный с клецками	200
	Гречневый гарнир с мясным фаршем	200
	Хлеб	60
	Чай с сахаром	200
	Булочка сдобная	60
4-й день	Салат «зимний»	60
	Щи из свежей капусты на костном бульоне	200
	Ежики мясные в соусе	80
	Макаронные изд.отварные	150
	Хлеб	60
	Какао на молоке	200
5- день	Яблоко	100
	Суп-пюре гороховый с гренками	200
	Картофельное пюре	150
	Икра кабачковая	80
	Хлеб	60
6- день	Сок яблочный	200
	Суп молочный с макаронными изделиями	200
	Блинчики со сгущенкой	60
	Чай с сахаром	200
7- день	Йогурт пит.	100
	Салат из свежей капусты с зеленым горошком р/м	60

день	Суп с домашней лапшой	200
	Кулеш пшеничный с мясом	200
	Хлеб	60
	Компот из сухофруктов	200
8- день	Рассольник с тушенкой	200
	Рыба отварная в томате	80
	Рожки отварные	150
	Хлеб	60
	Кисель	200
	банан	100
9- день	Суп куриный с рисом	200
	Сосиска отварная	80
	Картофельное пюре	150
	Хлеб	60
	Чай с сахаром	200
	Батончик бисквитный	60
10- день	Суп с мясными фрикадельками, вермишелевый	200
	Курица отварная	80
	Капуста тушеная с морковью	150
	Хлеб	60
	Сок персиковый	200
	Сдобное печенье	60