

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 4

 АЛЕКПЕРОВ Г.Т.

« 01 » апреля 2023 год

Утверждаю

Директор ООО «Вавилон»

 Халилов Р.И.

« 01 » апреля 2023 год



Примерное двухнедельное меню (обед) и пищевая ценность приготовляемых блюд для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет

Меню разработано по сборникам рецептов:
(М.П. Могильный, В.Т. Лапшина, А.И. Здобнов,
В.А.Цыганенко, М.И. Пересичный, А.В. Румянцева)

1 день понедельник	2 день вторник	3 день среда	4 день четверг	5 день пятница
Обед				
Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне	Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне	Салат "Школьный" 80г	Винегрет	Икра морковная
250	250	250	80	80
Плов из курицы	Котлеты "Школьные"	Суп-хинкал	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на бульоне	Суп картофельный рисовый на бульоне
250	80	80	250	250
Чай с сахаром	Макаронные изделия отварные	Курица отварная	Рыба запеченная	Жаркое из говядины
180	150	150	80	250
Хлеб пшеничный 40 гр	Компот из смеси сухофруктов	Каша гречневая рассыпчатая	Каша пшеничная рассыпчатая	Чай с сахаром
40	180	180	150	180
Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб пшеничный 40 гр	Сок	Компот из смеси сухофруктов	Хлеб пшеничный 40 гр
20	40	40	180	40
Яблоки	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб пшеничный 40 гр	Хлеб пшеничный 40 гр	Хлеб ржаной 20 гр
	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб ржаной 20 гр	
		Яблоки		
		150		

8 день понедельник	9 день вторник	10 день среда	11 день четверг	12 день пятница
Обед				
Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне	Салат "Школьный" 80г	Борщ с капустой и картофелем на бульоне	Икра морковная	Салат из свеклы с черносливом
250	80	80	250	60
Курица отварная	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне	Гуляш из говядины	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на бульоне	Суп картофельный с пшеничной крупой на бульоне
80	250	250	100	250
Рис отварной	Котлеты "Школьные"	Каша гречневая рассыпчатая	Рыба запеченная	Филе курицы, тушенное в соусе томатном
150	80	80	150	80
Компот из смеси сухофруктов	Каша пшеничная рассыпчатая	Чай с сахаром	Пюре картофельное 150г	Макаронные изделия отварные
180	150	150	180	150
Хлеб пшеничный 40 гр	Кисель	Хлеб пшеничный 40 гр	Сок	Чай с сахаром
40	200	40	40	180
Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб пшеничный 40 гр	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб пшеничный 40 гр	Хлеб пшеничный 40 гр
20	40	40	40	40
Яблоки	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб ржаной 20 гр	Хлеб ржаной 20 гр
150	20	20	20	20
				Яблоки
				150