

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 4



Утверждаю

Директор ООО «Вавилон»



Примерное двухнедельное меню (завтрак) 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. Лапина, 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			
Завтрак							
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" с изюмом и курагой	200	Котлеты "Школьные"	80	Салат из свеклы с черносливом	80	Омлет по-домашнему	100
Сыр порциями	20	Пюре картофельное	180	Сосиски отварные	50	Тефтели куриные с соусом собственного производства	200
Яйца вареные	40	Сок	180	Макаронные изделия отварные	150	Каша гречневая рассыпчатая	180
Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный	30	Сыр порциями	20	Масло сливочное порциями	30
Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	10	Компот из смеси сухофруктов	180	Чай	10
Хлеб ржаной	10	Вафли	50	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	50
Яблоки	150		10	Хлеб ржаной	10	Печенье	
				Яблоки	150		

8 день понедельник		9 день вторник		10 день среда		11 день четверг		12 день пятница	
Завтрак									
каша пшенная жидкая молочная	200	Филе курицы, тушенное в соусе томатном	100	Тефтели куриные с соусом собственного производства	80	Макаронные изделия, запеченные с сыром	170	Курица отварная	80
	20	Каша пшеничная рассыпчатая	150	Каша гречневая рассыпчатая	150	Яйца вареные	40	Рис отварной	150
Яйца вареные	40	Бутерброд с повидлом	50	Масло сливочное порциями	20	Какао с молоком	180	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	80
	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный	30	Сок	180
Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	10	Хлеб пшеничный	30	Хлеб ржаной	10	Хлеб пшеничный	30
Хлеб ржаной	10			Хлеб ржаной	10	Яблоки	150	Хлеб ржаной	10
Яйца	60			Мандарин	110			Печенье	50
Яблоки	150								