

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Хомутниковская СОШ им.М.И.Нармаева»

Конаев С.У.

2022 г.



Примерное меню

МБОУ «Хомутниковская СОШ им.М.Б.Нармаева»

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Салат из свежей капусты и огурцами-100 г суп гороховый-250 г Гуляш с макаронами-250 г Чай молочный-200 г Хлеб с маслом-60 г яблоко-100	Салат из яблок и свеклы-100 г суп рассольник-250 г пельмени со сметаной-250 г Кисель-200 г Хлеб, сыр, масло-80 г	Салат морковный-100 г Суп харчо-250 г куриная голень отварная-120 г рис отварной -150 г Чай с молоком-200 г Хлеб, сыр-60 г Груша-100 г	Салат из свежей капусты-100 г Суп с лапшой-250 г Котлеты-100 г Гарнир - макароны отварные-150 г Какао с молоком-200 г Хлеб, сыр, м/сл-80 Киви-100г	Салат из свежих огурцов и помидор-100 г Щи из капусты-200 г Жаркое-100 г Пюре картофельное-150 г чай с сахаром-200 г Хлеб, сыр, масло-80 г Апельсин-100 г
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Салат свекольный-100 г Суп картофельный -250 г Рыба аппетитная-100 г Гарнир гречка-150 г Чай молочный-200 г Хлеб, сыр-60 г Сладости-100 г	Салат из свежей капусты-100 г Суп рисовый на костном бульоне-250 г Вареники с картофелем со сметаной-250 г Какао с молоком-200 г Хлеб, масло-60 г Яблоко-100 г	Салат из яблок моркови-100 г Борщ- 250 Тефтели с пюре и подливой-250 г Компот-200 г Банан- 100г Хлеб-40 г	Салат из яблок и свеклы-100 г Суп рисовый-250 г Рагу овощное-250 г Какао с молоком-200 г Хлеб, масло-60 г Апельсин-100г	Салат витаминный (капуста, морковь) с р/маслом-100 г Суп с фрикадельками, с картофелем-250 г Плов -250 г Чай-200 г Хлеб, сыр, масло-80 г Апельсин-100 г