

Согласовано
Зав. столовой
Арабаджиян С.К.

Утверждаю
Директор школы

Примерное меню на обеды учащихся (7-11 лет)

№	Наименование блюда	Выход в граммах	Цена (руб)
1 день			
1	Суп картофельный с горохом		
2	Сосиски отварные ганноверские	200	9,81
3	Каша гречневая рассыпчатая	55	27,20
4	Салат из квашеной капусты	150	12,00
5	Чай с сахаром	30	5,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	200/15	3,00
	Итого:	25/30	4,00
2 день			
1	Суп картофельный с рисом		
2	Биточки из говядины	200	10,40
3	Пюре картофельное	45	22,90
4	Винегрет овощной	150	18,00
5	Чай с сахаром	20	2,71
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	200/15	3,00
	Итого:	25/30	4,00
3 день			
1	Суп с домашней лапшой и картофелем		
2	Котлета рубленая из филе куриного	200	10,00
3	Каша пшеничная	55	26,51
4	Помидоры свежие	150	6,00
5	Компот из свежих плодов витамин.	30	8,50
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	200	6,00
	Итого:	25/30	4,00
4 день			
1	Борщ с капустой и картофелем		
2	Тефтели из говядины с рисом с соусом	200	10,51
3	Макаронные изделия отварные	60/15	29,00
4	Огурцы свежие	150	7,00
5	Чай с сахаром	30	7,50
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	200/15	3,00
	Итого:	25/30	4,00
5 день			
1	Суп картофельный с вермишелью		
2	Филе грудки куриной запеченное	200	11,00
3	Рис отварной	50	31,61
4	Салат из моркови с маслом растительным	150	7,50
5	Чай с сахаром	20	3,90
	Итого:	200/15	3,00

6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	4,00
	Итого:		61,01
	6 день		
1	Суп картофельный с горохом	200	9,81
2	Сосиски отварные ганноверские	55	27,20
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,00
4	Огурцы свежие	20	5,00
5	Чай с сахаром	200/15	3,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	4,00
	Итого :		61,01
	7 день		
1	Рассольник Ленинградский	200	13,00
2	Котлета из говядины	50	25,45
3	Каша пшеничная	150	6,00
4	Салат из свежих помидоров и огурцов	25	6,56
5	Компот из сухофруктов витамин.	200	6,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	4,00
	Итого:		61,01
	8 день		
1	Борщ Сибирский	200	10,52
2	Филе грудки куриной запеченное	50	31,61
3	Макаронные изделия отварные	150	7,00
4	Салат из моркови с маслом растительным	25	4,88
5	Чай с сахаром	200/15	3,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	4,00
	Итого :		61,01
	9 день		
1	Суп картофельный с рисом	200	10,40
2	Биточки из говядины	45	22,90
3	Пюре картофельное	150	18,00
4	Огурцы солёные	25	2,71
5	Чай с сахаром	200/15	3,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	4,00
	Итого :		61,01
	10 день		
1	Суп с домашней лапшой и картофелем	200	10,00
2	Чахохбили из филе грудки	35/25	31,51
3	Рис отварной	150	7,50
4	Свекла отварная с огурцом сол. и кап.квашеной	30	5,00
5	Чай с сахаром	200/15	3,00
6	Хлеб пшеничный подовый(ржаной)	25/30	4,00
	Итого :		61,01