


Утверждаю

Директор МКОУ «Сергиевская ООШ»

 Г. Ч. Елешева

« 12 » января 2024 г.

Перспективное меню

на десять дней

для учащихся 1-4 классов

День	Наименование блюда
1-й день	Каша «Дружба» молоке – 200 гр. Пирожок с картофелем – 120гр. Чай с молоком – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом– 40 гр./10 гр.,
2-й день	Рагу с курицей – 200 гр. Салат свекольный – 50гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. 40 гр.,
3-й день	Суп рисовый с курицей и с картофелем – 220 гр. Салат «Винегрет» - 60 гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. – 40 гр.,
4-й день	Рис с сосиской – 180 гр./70 гр. Салат морковно-яблочный– 50 гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом – 40 гр./ 10 гр.
5-й день	Щи со свежей капустой – 220 гр. Сосиска в тесте – 150 гр. Огурец соленный – 40 гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. – 40 гр.
6-й день	Борщ куриный с капустой и картофелем – 220 гр. Салат из кукурузы – 50 гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом – 40 гр./ 10 гр.
7-й день	Суп молочный с макаронными изделиями – 220 гр. Яйцо – 40 гр. Чай с молоком – 200 гр. Хлеб в/с. с сыром – 40 гр./20 гр., Фрукт -140 гр.
8-й день	Котлета рубленая – 100 гр. Отварные макаронные изделия – 200 гр. Салат из кв.капусты – 40гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб – 40-гр.
9-й день	Суп фасолевый – 220 гр. Салат из св. капусты – 80 гр. Хлеб в/с. с сыром – 40 гр./20 гр., Чай сладкий– 200 гр.
10-й день	Запеканка рисовая со сгущенкой – 180 гр./35 гр. Какао – 200 гр., Яйцо – 80 гр. Хлеб в/с. с маслом– 40 гр./10 гр., Фрукт – 50 гр.

Утверждаю

Директор МКОУ «Сергиевская ООШ»

Г. Ч. Елешева

«12» января 2024 г.

Перспективное меню

на десять дней

для учащихся 5 – 9 классов

День.	Наименование блюда
1-й день	Каша «Дружба» молоке – 200 гр. Пирожок с картофелем – 50гр. Чай с молоком – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом– 40 гр./5 гр., Печенье-42гр.
2-й день	Рагу с курицей – 200 гр. Салат свекольный – 50гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом– 40 гр./10 гр.,
3-й день	Суп рисовый с курицей и с картофелем – 220 гр. Салат «Винегрет» - 60 гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом– 40 гр./10 гр.,
4-й день	Рис с сосиской – 180 гр./70 гр. Салат морковно-яблочный– 50 гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом – 40 гр./ 10 гр.
5-й день	Щи со свежей капустой – 220 гр. Сосиска в тесте – 150 гр. Огурец соленный – 40 гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом – 40 гр./ 10 гр
6-й день	Борщ куриный с капустой и картофелем – 220 гр. Салат из кукурузы – 50 гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб в/с. с маслом – 40 гр./ 10 гр.
7-й день	Суп молочный с макаронными изделиями – 220 гр. Яйцо – 40 гр. Чай с молоком – 200 гр. Хлеб в/с. с сыром – 40 гр./20 гр., Печенье-25гр.
8-й день	Котлета рубленая – 100 гр. Отварные макаронные изделия – 200 гр. Салат из кв.капусты – 50гр. Компот из шиповника – 200 гр. Хлеб – 40-гр.
9-й день	Суп фасолевый – 220 гр. Салат из св. капусты – 80 гр. Хлеб в/с. – 40 гр. Чай сладкий– 200 гр. Печенье-25гр.
10-й день	Запеканка рисовая со сгущенкой – 215 гр. Какао – 200 гр., Яйцо – 80 гр. Хлеб в/с. с маслом– 40 гр./10 гр.,