

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 8

Алибеков Р.Р.

« 01 » сентября 2023 год

Утверждаю

Директор ООО «Вавилон»

Халилов Р.И.

« 01 » сентября 2023 год

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. Лапшина, А.И. Здобнов,

В.А.Цыганенко, М.И. Пересичный, А.В. Румянцева)

Завтраки школа с 1.09.20223.

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		
Завтрак						
1 неделя	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" с изюмом и курагой	200	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	80	Запеканка из творога	130
	Масло сливочное порциями	15	Плов из курицы	200	Яйца вареные	40
	Яйца вареные	40	Сок	180	Сыр порциями	20
	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30
	Хлеб ржаной 10 гр	10	Вафли	50	Хлеб ржаной 10 гр	10
	Яблоки	150				

8 день понедельник		9 день вторник		10 день среда		
Завтрак						
2 неделя	Каша рисовая на молоке	200	Салат "Школьный" 80г	80	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" на молоке	200
	Масло сливочное порциями	15	Омлет натуральный	80	Масло сливочное порциями	15
	Какао с молоком	180	Сыр порциями	20	Сок	180
	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30
	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10
	Яблоки	150	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Вафли	40

4 день четверг		5 день пятница	
Салат из моркови с яблоком	80	Омлет натуральный	80
Курица отварная	80	Каша рисовая на молоке	200
Макаронные изделия отварные	150	Чай с сахаром	180
Компот из смеси сухофруктов	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30
Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10
Хлеб ржаной 10 гр	10	Печенье	50
Яблоки	150		

11 день четверг		12 день пятница	
Макаронные изделия, запеченные с сыром	160	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	80
Яйца вареные	40	Плов из курицы	200
Компот из смеси сухофруктов	180	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10
Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30
Яблоки	150		