

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 8

А.А. Беков Р.Р.



Утверждаю

Директор ООО «Вавилон»

Халилов Р.И.



Примерное двухнедельное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет

Меню разработано по сборникам рецептур:

(М.П. Могильный, В.Т. Лапшина, 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	
1 неделя									
Каша пшенинная жидкая молочная	200	Плов из курицы	200	Макаронные изделия, запеченные с сыром	160	Салат из моркови с яблоком 100г	100	Омлет натуральный (100)	100
Яйца вареные	40	Масло сливочное порциями	15	Яйца вареные	40	Курица отварная	80	Каша рисовая на молоке	200
Какао с молоком	180	Чай с сахаром	180	Какао с молоком	180	Каша пшеничная рассыпчатая	150	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Сок	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30
Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10
Вафли	40	Яблочки	150	Яблочки	150	Хлеб ржаной 10 гр	10	Яблочки	150
2 неделя									
8 день понедельник									
9 день вторник									
10 день среда									
11 день четверг									
12 день пятница									
Завтрак									
Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" на молоке	200	Вермишель со сливочным маслом	150	Каша пшенинная жидкая молочная	200	Омлет натуральный (100)	100	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	100
Сыр порциями	20	Сосиски отварные	55	Масло сливочное порциями	15	Сыр порциями	20	Плов из курицы	200
Какао с молоком	180	Яйца вареные	40	Чай с сахаром	180	Какао с молоком	180	Сок	180
Хлеб пшеничный 30 гр	30	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	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30
		Хлеб ржаной 10 гр	10	Вафли	40	Печенье	50	Яблочки	150
		Яблочки	150						

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
8 день понедельник									
9 день вторник									
10 день среда									
11 день четверг									
12 день пятница									
Завтрак									
Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" на молоке	200	Вермишель со сливочным маслом	150	Каша пшенинная жидкая молочная	200	Омлет натуральный (100)	100	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	100
Сыр порциями	20	Сосиски отварные	55	Масло сливочное порциями	15	Сыр порциями	20	Плов из курицы	200
Какао с молоком	180	Яйца вареные	40	Чай с сахаром	180	Какао с молоком	180	Сок	180
Хлеб пшеничный 30 гр	30	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	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30
		Хлеб ржаной 10 гр	10	Вафли	40	Печенье	50	Яблочки	150
		Яблочки	150						