|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОДиректор школы А.А.Селиванова |  |

**Десятидневное меню**

**завтраков и обедов для двухразового питания**

**двух возрастных категорий**

**обучающихся 7-10 лет и 11-18 лет**

**МОУ Новосельская сош**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Выход | Наименование блюда | Выход |
| 7-11 | 11-18 |  | 7-11 | 11-18 |
| **1 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Каша пшенная | 200 | 250 | Суп кудряш | 200 | 250 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 25 | Сок | 200 | 200 |
| Масло сливочное | 10 | 10 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
| Сыр | 10 | 12 |  |  |  |
| **2 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Рожки отварные | 150 | 200 | Щи из свежей капусты | 200 | 250 |
| Сосиска отварная | 80 | 100 | Чай | 200 | 200 |
| Соус | 30 | 30 | хлеб ржаной | 40 | 46 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | Сырок глазированый |  |  |
| Хлеб ржаной | 40 | 45 |  |  |  |
| **3 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Картофельное пюре | 150 | 200 | Суп картофельный с мясом | 200 | 250 |
| Котлета рыбная | 75 | 100 | Сок | 200 | 200 |
| Чай | 200 | 200 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
| Хлеб ржаной | 40 | 45 |  |  |  |
| **4 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Ежики | 150 | 200 | Борщ | 200 | 250 |
| Кисель | 200 | 200 | Чай | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной | 40 | 45 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
|  |  |  | Яблоко | 200 | 200 |
| **5 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Рис отварной | 150 | 200 | Суп гороховый | 200 | 250 |
| Котлета мясная | 75 | 100 | Компот из сухофруктов | 200 | 200 |
| Соус | 30 | 30 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
| Чай | 200 | 200 | Булка | 50 | 50 |
| хлеб ржаной | 40 | 45 |  |  |  |
| **6 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Греча отварная | 150 | 200 | Щи из свежей капусты | 200 | 250 |
| Котлета куриная | 75 | 100 | Чай | 200 | 200 |
| Сок | 200 | 200 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
| Хлеб ржаной | 40 | 45 | Пирог | 75 | 75 |
| **7 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 200 | Свекольник | 200 | 250 |
| Чай | 200 | 200 | Сок | 200 | 200 |
| Хлеб ржаной | 40 | 45 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
|  |  |  | Булка | 50 | 50 |
| **8 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Сырники со сгущенкой | 150/10 | 200/15 | Суп картофельный с курицей | 200 | 250 |
| Какао | 200 | 200 | Сок | 200 | 200 |
| Банан | 100 | 100 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
| **9 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Каша рисовая | 200 | 250 | Рассольник | 200 | 250 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 25 | Сок | 200 | 200 |
| Масло сливочное | 30 | 35 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
| Какао | 200 | 200 |  |  |  |
| **10 день** |
| **Завтрак** | **Обед** |
| Винегрет овощной | 100 | 150 | Суп картофельный с курицей | 200 | 250 |
| Колбаса отварная | 80 | 100 | Хлеб ржаной | 40 | 45 |
| Чай | 200 | 200 | Сосиска в тесте | 50/50 | 50/50 |
| Хлеб ржаной | 40 | 45 |  |  |  |

 Составил : ответственный за питание Н.А.Пушкина