

Утверждаю:

Директор школы № 6 :

Николаева К.Н.



Примерное 10-дневное меню МКОУ «СКОШ № 6» на 2021-2022 учебный год.

1 неделя	
понеделник	Выход, гр
Завтрак:	
Омлет с маслом	195/5
Колбасные изделия отварные	30
Батон/ хлеб с маслом	40(80)/10
какао	200
Обед:	
суп картофельный с рыбными консервами	250
Макаронные изделия отварные	180
Печень говяжья по- Стrogановски	100
пюре/икра овощная	100
хлеб пш/ржаной	70/30
напит из шиповника	200
Полдник :	
булочка	60
чай	200
вторник	
Завтрак:	
Запеканка из творога со сгущ.молоком	170/25
хлеб с маслом	80/10
Кофейный напиток	200
Обед:	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	240/10
котлета мясная в соусе	70/30
Картофель жареный из отварного	200
хлеб пш/ржаной	70/30
сок	200
фрукт	200
Полдник:	
Кондитерские изделия	30
молоко/ кисломолочный напиток	200
среда	
Завтрак:	
каша манная	200/5
хлеб с маслом	80/10
какао	200

Обед:	
суп картофельный с бобовыми изделиями	250
капуста тушеная с мясом(курями)/азу	200/250
хлеб пш/ржаной	70/30
компот	200
свежие/отварные овощи	100
Полдник:	
Колбасные изделия в тесте	100
чай	200
четверг	
Завтрак:	
рисовая	200/5
яйцо	1
хлеб с маслом	80/10
кофейный напиток	200
Обед:	
Свекольник	240/10
Чахохбили /куры жареные	125/100
гречка отварная рассыпчатая	180
хлеб пш/ржаной	70/30
кисель	200
Фрукт	200
Полдник:	
творожные батончики со сгущ. молоком	85/25
Молоко/кисломолочный напиток	200
пятница	
Завтрак:	
Каша пшеничная	200/5
Хлеб/батон с маслом . сыром	80(40)/10/ 30
какао	200
Обед:	
суп картофельный с макарон изделиями	250
рыба жар /тушеная с овощами	115
картоф. Пюре	200
хлеб пш/ржаной	70/30
сок	200
Полдник:	
кондитерские изделия	25
чай	200

УТВЕРЖДАЮ:
Директора школы № 6 :

К.Н. Николаева

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	пятница
2 неделя					
Завтрак	- Каша дружба 200/5 -Хлеб с маслом 80/10 - Кофейный напиток 200	-Каша пшеничная 200/5 -Хлеб с маслом 80/10 -Чай 200 /Чай с лимоном 200/15	-Суп молочный с макаронными изделиями 200 -Хлеб с маслом 80/10 - Кофейный напиток 200	-Каша геркулесовая 200/5 -Хлеб с маслом и сыром 80/10/20 - Какао 200	- Каша рисовая 200/5 - Яйцо варен. 1 - Хлеб с маслом 80/10 -Чай 200
Обед	- Рассольник Ленинградский 240/7 - Тефтель из мяса с рисом 70/30 -Ленивый голубец 105 - Картоф пюре 200 -Хлеб пш/рж 70/30 - Пюре / Икра овощная 100 - Сок 200	-Борщ с капустой и картофелем 240/7 - гуляш мясной с соусом 80/30 - Гречка отварная 180 -Хлеб пш/рж 70/30 - Компот 200	- Суп картофельный с макаронами 250 - Плов из птицы 200 / мяса 250 -Хлеб пш/рж 70/30 - Напиток из шиповника витаминизир 200 - Винегрет 100	- Свекольник 250 -суфле / оладьи из печени 100 / 100 - Макароны изделия отварные 180 -Хлеб пш/рж 70/30 -Сок 200	-Щи из свежей капусты 240/10 - Рыбная котлета / биточн 90/30 -Картоф пюре 200 - Овощи отварные / Икра овощная 100 -Хлеб пш/рж 70/30 - Компот витамин 200
Полдник	- Кондитерское изделие 35-60 - Молоко/Кисломол. Напиток 180-200	- Пирожок 70 -Какао 200	- Кондитерское изделие 35-60 - Молоко/Кисломол. Напиток 180-200	- Ватрушка с творогом 90 / Булка 60 - Чай 200	- Рожок (со сгущенкой) 100 - Какао 200