

Рацион питания школьников

1 день	<p>Каша молочная из хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным Какао с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Суп картофельный с горохом с говядиной Куры (цыплята) отварные Макароны отварные с маслом Компот</p>
2 день	<p>Сыр порциями Блины с молоком сгущенным Чай с сахаром Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Борщ из свежей капусты с мясом куриным со сметаной Рыба тушеная с овощами (пикша) Картофельное пюре с маслом</p>
3 день	<p>Яйца вареные Сырники из творога с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Суп картофельный с макарон. изделиями с мясом(курица) Плов из говядины д/г Кукуруза консервированная Компот из суш. плод. ягод (изюм)</p>
4 день	<p>Бутерброд с колбасой вареной Каша молочная пшеничная с маслом Чай с лимоном Хлеб пшеничный Пряник заварной Щи из свежей капусты с говядиной со сметаной Котлета рубленая куриная Гречка отварная с маслом Компот из св. пл. (яблок) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный</p>
5 день	<p>Вареники ленивые отварные с маслом Какао с молоком Фрукты свежие (яблоко) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Суп картофельный с бобовыми с мясом (курица) Биточки рыбные (пикша) Картофель и овощи тушеные в соусе Д/г Помидоры свежие Компот из смеси сухофруктов</p>
6 день	<p>Сыр порциями Суп молочный с макаронными изделиями Чай с сахаром Зефир Хлеб ржаной</p>

	<p>Хлеб пшеничный Рассольник «Ленинградский» с мясом (курица) со сметаной Жаркое по-домашнему (говядина) Кисель плодово-ягодный</p>
7 день	<p>Бутерброд с повидлом Биточки рисовые с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Конфета шоколадная Суп картофельный с крупой с консервой (сайра в масле) Шницель рубленый (говядина) Макароны отварные с маслом Компот из сушеных плодов ягод (изюм) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный</p>
8 день	<p>Бутерброд с колбасой вареной Оладьи с молоком сгущенным Чай с лимоном Мармелад фруктовый Суп крестьянский с крупой с говядиной со сметаной Плов из курицы Компот из свежих плодов (яблок) Печенье без наполнителя Хлеб ржаной Хлеб пшеничный</p>
9 день	<p>Сырники из творога с повидлом Какао с молоком Суп карт с макаронными изделиями с мясом (курица) Гуляш из говядины Картофельное пюре с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный</p>
10 день	<p>Каша молочная манная с маслом сливочным Чай с сахаром Щи из свежей капусты с говядиной со сметаной Тефтели рыбные (горбуша) Гречка отварная с маслом д/г Горошек зеленый консервированный Кисель плодово-ягодный Хлеб ржаной Хлеб пшеничный</p>
11 день	<p>Яйца вареные Галушки творожные с маслом Кофейный напиток на молоке сгущенном Суп картофельный с крупой с курицей Сосиски отварные Картофель и овощи тушеные в соусе д/г Кукуруза консервированная Компот из сушеных плодов ягод (изюм) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный</p>
12 день	<p>Бутерброд с колбасой вареной Биточки пшеничные с маслом Чай с молоком</p>

	Рассольник «Ленинградский» с говядиной со сметаной Птица, тушеная в соусе с овощами Д.г Огурцы свежие Компот из свежих плодов (яблок) Конфета шоколадная Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
--	---