

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «Сернурская СОШ №1»

И.А.Заболотских

**Меню приготовляемых блюд  
11 марта - 15 марта**

**ПОНЕДЕЛЬНИК 11 марта**

		Масса	Масса	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рассыпчатая гречневая	175	200	162/216
	Яйца вареные	60	60	63
	Хлеб пшеничный	40	40	128
	Чай с сахаром	200	200	58
	Кондитерское изделие	30	50	140
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с рыбными консервами	200	250	92/115
	Рис отварной	150	200	171/228
	Гуляш из мяса кур	90	100	207/230
	Хлеб ржано-пшеничный	80	80	160
	Компот из плодов и ягод сушеных	200	200	106
	Помидоры свежие гарнировка	60	100	27

**ВТОРНИК 12 марта**

<b>ЗАВТРАК</b>	Каша вязкая пшеничная	200	200	198
	Хлеб пшеничный	40	40	128
	Масло порциями	10	20	75
	Какао с молоком	200	200	148
	Конфеты шоколадные	50	90	38/43
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	83/88
	Пюре картофельное	150	200	181/242
	Котлеты	90	90	145
	Хлеб ржано-пшеничный	80	80	160
	Напиток из плодов шиповника	200	200	94
	Огурцы свежие гарнировка	60	100	13
<b>Среда 13 марта</b>				

<b>ЗАВТРАК</b>	Каша вязкая пшен-полтавская	150	200	149/198
	Сыр порциями	25	30	134/160
	Кофейный напиток	200	200	160
	Хлеб пшеничный	40	40	128
	Фрукт свежий	100	100	52

<b>ОБЕД</b>	Суп с мясными фрикадельками на костном бульоне	220	250	108/135
	Оладьи	150	200	420/560
	Хлеб ржано-пшеничный	80	80	160
	Компот из плодов и ягод сушеных	200	200	116

**ЧЕТВЕРГ 14 марта**

<b>ЗАВТРАК</b>	Рагу из птицы	150	200	200/222
	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	200	106
	Хлеб пшеничный	50	50	128
	Фрукт свежий	100	100	52

<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми	200	250	129/286
	Макаронные изделия отварные	150	200	195/392
	Рыба запеченная	90	100	77
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	160
	Чай с сахаром	200	200	63
	Капуста тушеная	60	100	27

Заведующая производством: Э.В. Бирюкова (Бирюкова Э.В.)