



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Сернурская СОШ №1»  
И.А.Заболотских

## Меню приготавливаемых блюд 13 ноября- 17 ноября

### ПОНЕДЕЛЬНИК 13 ноября

		Масса	Масса	Ккал
ЗАВТРАК	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
ОБЕД	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 14 ноября

ЗАВТРАК	Каша вязкая пшенная	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
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	83/88
	Пюре картофельное	150	200	181/242
	Котлеты	90	90	130
	Хлеб ржано-пшеничный	80	80	160
	Напиток из плодов шиповника	200	200	94
	Огурцы свежие гарнировка	60	100	13

### Среда 15 ноября

ЗАВТРАК	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

ОБЕД	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 16 ноября**

<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	229/286
	Макаронные изделия отварные	150	200	294/392
	Печень по-строгановски	90	100	195
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	160
	Чай с лимоном	200	200	60

**ПЯТНИЦА 17 ноября**

<b>ЗАВТРАК</b>	Плов	180	200	157/175
	Кондитерское изделие	80	100	140
	Компот из свежих плодов	200	200	148
	Хлеб пшеничный	40	50	128

<b>ОБЕД</b>	Борщ с капустой и картофелем	200	250	96/106
	Каша вязкая полтавская	180	200	198
	Сыр порциями	25	30	134/160
	Кофейный напиток	200	200	160
	Хлеб ржано-пшеничный	80	80	160

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