

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МОУ «Сернурская средняя
 общеобразовательная школа №1 имени Героя
 Советского Союза А.М.Яналова

И.А.Заболотских

Меню приготовляемых блюд

13 марта-17 марта

ПОНЕДЕЛЬНИК 13 марта

		Масса	Масса	Ккал
ЗАВТРАК	Каша рассыпчатая гречневая	150	200	149/216
	Сыр порциями	20	30	112/134
	Хлеб пшеничный	40	40	128
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	116

ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	250	120
	Рис отварной	150	200	171/228
	Гуляш из мяса кур	25/25	30/30	115/230
	Хлеб ржаной	40	50	160
	Чай с лимоном	200	200	60
	Помидоры свежие	50	50	27

ВТОРНИК 14 марта

ЗАВТРАК	Каша вязкая пшеничная	200	200	198
	Хлеб пшеничный	40	50	128
	Масло порциями	10	10	75
	Какао с молоком	200	200	148

ОБЕД	Рассольник Ленинградский	250	250	135
	Картофель отварной	200	200	251
	Котлета из мяса кур и говядины	60	90	245/368
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160
	Напиток из плодов шиповника	200	200	94
	Огурцы свежие	50	100	13/26

СРЕДА 15 марта

ЗАВТРАК	Каша вязкая пш-полтавская	200	200	198
	Яйца вареные	40	40	63
	Кофейный напиток	200	200	160
	Хлеб пшеничный	40	50	128

ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	250	106
	Сырники из творога	150	180	560
	Компот из плодов сушеных (курага)	200	200	126
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160

ЧЕТВЕРГ 16 марта

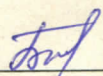
ЗАВТРАК	Каша вязкая пшениная	200	200	198
	Капуста тушеная	50	60	170
	Хлеб пшеничный	40	50	128
	Чай с сахаром	200	200	58

ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	250	250	286
	Макаронные изделия отварные	200	200	294
	Рыба запеченная	60	90	77/115
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160
	Компот из свежих плодов(яблоко)	200	200	148
	Свекла вареная порционная	50	50	25

ПЯТНИЦА 17 марта

ЗАВТРАК	Рагу из птицы	150	180	174/222
	Компот из плодов сушеных (изюм)	200	200	106
	Хлеб пшеничный	40	40	128
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250/20	250/20	88
	Каша (молочная) вязкая полтавская	200	200	200
	Кофейный напиток	200	200	160
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160

Завед. производством



(Бирюкова.Э.В.)