



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «Сернурская СОШ № 1»

И.А. Заболотских

**Меню приготавливаемых блюд**

**16 октября-20 октября**

**Понедельник 16 октября**

		Масса	Масса	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша вязкая пшениная	180	200	178/198
	Сыр порциями	25	30	97/108
	Хлеб пшеничный	40	50	128
	Компот из плодов и ягод сушеных	200	200	116

<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми	200	250	252/286
	Сырники из творога	150	200	219/291
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160
	Чай с сахаром	200	200	58

**ВТОРНИК 17 октября**

<b>ЗАВТРАК</b>	Каша вязкая рисовая	180	200	137/242
	Хлеб пшеничный	40	50	128
	Какао с молоком	200	200	148

<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	108/120
	Пюре картофельное	200	200	218
	Котлета из мяса кур и говядины	60	90	245/368
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160
	Компот из плодов сушеных (курага)	200	200	126
	Огурцы свежие	60	100	13/26

**СРЕДА 18 октября**

<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рассыпчатая гречневая	150	200	216/288
	Яйца вареные	60	60	63
	Компот из плодов сушеных (изюм)	200	200	106
	Хлеб пшеничный	40	50	128

<b>ОБЕД</b>	Рассольник Ленинградский	200	250	135/169
	Макаронные изделия отварные	150	180	245/294
	Сардельки паровые отварные	90	90	308
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160
	Кофейный напиток	200	200	160
	Помидоры свежие гарнировка	60	100	20/27

**ЧЕТВЕРГ 19 октября**


<b>ЗАВТРАК</b>	Плов из птицы	150	200	235/313
	Хлеб пшеничный	40	50	128
	Компот из свежих плодов (яблоко)	200	200	148

<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	88/110
	Каша вязкая пшенная	180	200	178/198
	Печень по-строгановски	90	90	195
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160
	Чай с лимоном	200	200	60
	Перец сладкий гарнировка	60	100	23/27

**ПЯТНИЦА 20 октября**

<b>ЗАВТРАК</b>	Каша вязкая манная	180	200	166/184
	Масло порциями	10	20	75/150
	Хлеб пшеничный	40	50	128
	Какао с молоком	200	200	148
<b>ОБЕД</b>	Суп Крестьянский с крупой	200	250	112/140
	Пюре картофельное	200	200	218
	Рыба запеченная	90	90	145
	Напиток из плодов шиповника	200	200	94
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	160
	Свекла вареная порционная	60	100	25

Завед. производством



( Бирюкова.Э.В.)