

«Утверждаю»

Директор МОУ «Сернурская средняя общеобразовательная школа №1 имени Героя Советского Союза А.М.Яналова»
/ И.А.Заболотских /

Меню приготовляемых блюд
20 декабря-24 декабря 2021 год

ПОНЕДЕЛЬНИК, 20 декабря

ЗАВТРАК	Каша гречневая с/м	150/7	150/8	212
	Яйцо вареное	40	40	63
	Хлеб пшеничный	40	50	128
	Чай с лимоном	200/15	200/15	60

ОБЕД	Щи из свеж.капусты с картофелем	250/20	250/20	286
	Макароны отварные с/м	200/10	200/10	252
	Сардельки паровые отварные	50	60	308
	Хлеб ржаной	40	50	128
	Огурцы свежие (гарнировка)	50	100	13
	Компот из ягод сушеных(курага)	200/15	200/18	126

ВТОРНИК, 21 декабря

ЗАВТРАК	Каша вязкая (пш- полтавская) с/м	200/7	200/7	214
	Свекла отварная	60	60	25
	Хлеб пшеничный	50	50	131
	Кофейный напиток	200/15	200/15	160

ОБЕД	Суп картофельны бобовый	250/20	250/20	139
	Рагу из птицы	150	180	222
	Хлеб ржаной	40	50	128
	Компот из ягод сушеных (изюм)	200/15	200/15	106

СРЕДА, 22 декабря

ЗАВТРАК	Каша жидкая(рисовая) с/м	200/7	200/7	182
	Хлеб пшеничный	50	50	131
	Сыр (порциями)	20	30	72/134
	Какао с молоком	200/15	200/15	148

ОБЕД	Суп с макаронными изделиями	250/20	250/20	120
	Пюре картофельное с/м	200/7	200/7	242
	Хлеб ржаной	40	50	128
	Рыба запеченая	50	60	160
	Компот из ягод сушеных (шиповник)	200/15	200/18	116
	Помидоры свежие порционные	50	100	27

ЧЕТВЕРГ, 23 декабря

ЗАВТРАК	Плов из говядины	150/25	200/30	268/308
	Хлеб пшеничный	40	50	131
	Чай с сахаром	200/15	200/15	58

ОБЕД	Рассольник Ленинградский	250/20	250/20	135
	Хлеб ржаной	40	50	128
	Каша гречневая с/м	150/7	150/8	212
	Компот из ягод сушеных(сухофрукт)	200/15	200/18	124
	Капуста тушеная	50	60	118

ПЯТНИЦА, 24 декабря

ЗАВТРАК				
	Каша вязкая(пшенная)	180/7	200/7	198
	Сардельки паровые отварные	60	60	308
	Хлеб пшеничный	40	50	131
	Кофейный напиток	200/15	200/15	160
ОБЕД	Суп из рыбных консерв	250/20	250/20	115
	Картофель тушеный	150	150	121
	Хлеб ржаной	40	50	128
	Компот из свежих яблок	200/15	200/15	148
	Яйца вареные	40	40	63

Заведующая производством: _____

Бирюкова Э.В.

/ Бирюкова Э.В./