



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «Сернурская СОШ №1»

И.А.Заболотских

Меню приготовляемых блюд 25 сентября - 29 сентября

ПОНЕДЕЛЬНИК 25 сентября

		Масса	Масса	Ккал
ЗАВТРАК	Каша рассыпчатая гречневая	150	200	162/216
	Яйца вареные	60	60	63
	Хлеб пшеничный	40	40	128
	Чай с сахаром	200	200	58
	Кондитерское изделие	50	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
	Огурцы свежие гарнировка	60	100	13

ВТОРНИК 26 сентября

ЗАВТРАК	Каша вязкая пшенная	180	200	178/198
	Хлеб пшеничный	40	40	128
	Масло порциями	10	20	75
	Какао с молоком	200	200	148
	Конфеты шоколадные	70	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
	Помидоры свежие гарнировка	60	100	27

Среда 27 сентября

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	Рассольник Ленинградский	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 28 сентября

ЗАВТРАК	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

ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	250	229/286
	Макаронные изделия отварные	150	200	294/392
	Рыба припущенная	90	100	77
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	160
	Чай с лимоном	200	200	60

ПЯТНИЦА 29 сентября

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

ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	250	96/106
	Каша вязкая полтавская	180	200	198
	Перец сладкий гарнировка	60	100	27
	Кофейный напиток	200	200	160
	Хлеб ржано- пшеничный	80	80	160

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