

УТВЕРЖДАЮ



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

Меню приготавливаемых блюд  
29 января - 2 февраля

ПОНЕДЕЛЬНИК 29 января

		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 30 января

ЗАВТРАК	Каша вязкая пшеничная	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	145
	Хлеб ржано-пшеничный	80	80	160
	Напиток из плодов шиповника	200	200	94
	Огурцы свежие гарнировка	60	100	13
	Среда 31 января			

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 1 февраля**

<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	196
	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	160
	Чай с сахаром	200	200	63
	Капуста тушеная	60	100	

**ПЯТНИЦА 2 февраля**

<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 пшеничная	180	200	198
	Яйца вареные	60	60	63
	Кофейный напиток	200	200	160
	Хлеб ржано-пшеничный	80	80	160

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