



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ "СОШ с. Пригородное"

Т.И. Эбзева

Двухнедельное меню (обеда) для обучающихся МБОУ "СОШ с. Пригородное"  
в возрасте с 7 до 11 лет осенне-зимний период (с 01.10.2023г.)  
2023-2024 учебного года

Прием пищи	№ рецепту	Наименование блюд	Вес блюда
Неделя 1 1 день	47	Суп картофельный с вермишелью	200
	209	Котлеты из кур припущенные	90
	241	Картофельное пюре	130
	453	Соус сметанный с томатом	30
	283	Компот из смеси сухофруктов	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	47
		<i>Итого</i>	737
2 день	37	Борщ с картофелем и белокачанной капустой	200
	202	Тефтели из говядины с рисом	90
	219	Каша гречневая рассыпчатая	130
	463	Соус томатный с овощами	30
	282	Компот из свежих яблок	180
	115	Хлеб пшеничный	60
3 день	118	Хлеб ржаной	30
		<i>Итого</i>	720
	45	Суп картофельный с горохом с гренками	200
	172	Рыба тушеная с овощам.	160
	241	Картофельное пюре	150
	283	Компот из смеси сухофруктов	200
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	31
	118	Яблоко	150
		<i>Итого</i>	951

4 день	56	Суп лапша домашняя	200
	210	Курица в томатном соусе 60/50	110
Обед	224	Рис отварной	150
	282	Компот из свежих яблок	180
	115	Хлеб пшеничный	73
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	758
5 день			
Обед	9	Салат из из капусты	35
		Суп картофельный с пшеном	200
		Плов из курицы	180
	283	Компот из смеси сухофруктов	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	700
Неделя 2			
6 день	80	Суп картофельный с рисом	200
	209	Биточки из кур припущенные	90
Обед	241	Картофельное пюре	150
	453	Соус сметанный с томатом	30
	282	Компот из свежих яблок	180
	115	Хлеб пшеничный	50
	114	Хлеб ржаной	35
		<i>Итого</i>	735
7 день			
Обед	45	Суп картофельный с горохом	200
	189	Котлеты из говядины	75
	227	Макароны отварные	150
	463	Соус томатный с овощами	30
	283	Компот из смеси сухофруктов	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	118	Хлеб ржаной	48
		<i>Итого</i>	743
8 день			
	9	Салат из моркови	33
Обед	37	Борщ с картофеля и белокачанной капустой	200
	200	Тефтели из говядины 60	60
	463	Соус томатный с овощами	30
	224	Рис отварной	150
	282	Компот из свежих яблок	180

	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	758

<b>9 день</b>			
	42	Рассольник ленинградский	208
	166	Рыба запеченная	90
	241	Картофельное пюре	150
	463	Соус томатный с овощами	30
	283	Компот из смеси сухофруктов	180
	115	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	763

<b>10 день</b>			
<b>Обед</b>	9	Салат из белокачанной капусты	35
	43	Свекольник 200/10	210
	217	Фрикадельки из кур	90
	219	Каша гречневая рассыпчатая	150
	453	Соус сметанный с томатом	30
	282	Компот из свежих яблок	200
	114	Хлеб пшеничный	60
	114	Хлеб ржаной	45
		<i>Итого</i>	820