

МБОУ «Терволовская основная общеобразовательная школа»

Меню на 10 дней (2020-2021)

1 день	Завтрак		Обед	
	Каша манная молочная	1/200	Салат «Дары осени»	
	Сыр порционный		Помидор+огурец свежий	1/100
	Хлеб пшеничный	30/40	Суп гороховый с говядиной	250/25
	Чай с сахаром	1/200	Плов из говядины	150/50
	Яблоко свежее	1/150	Компот из кураги	1/200
			Хлеб Дарницкий	1/48
2 день	Каша молочная ячневая	1/200	Салат «Витаминный»	1/100
	Печенье	1/30	Щи из свеж.капусты с говядиной	250/25
	Банан свежий	1/180	Азу из говядины	50/150
	Какао с молоком	1/200	Компот из свежих яблок	1/200
			Хлеб «Fazer» овощи микс (капуста/морковь)	1/48
3 день	Омлет натуральный	1/150	Рассольник «Ленинградский» с говядиной	25/250
	Хлеб пшеничный	1/50	Пудинг из творога, запеченный со сметаной	200/20
	Кофейный напиток с молоком	1/200	Сок яблочный	1/200
			Хлеб «Геркулес» зерновой	1/60
			Мандарин	1/100
4 день	Оладьи с вареньем	25/150	Салат по-шекински	1/100
	Вафли	1/50	Суп молочный из макаронных изделий	1/250
	Чай с сахаром	1/200	Тефтели из говядины	1/60
	Яблоко свежее	1/150	Греча отварная	1/200
			Компот из сухофруктов	1/200
			Хлеб «Fazer»	1/48
5 день	Каша молочная пшеничная	1/200	Салат «Степной»	1/100
	Колбаса п/к порционная		Суп из разных овощей с говядиной	250/25
	Хлеб пшеничный	25/25	Рыба отварная с польским соусом	100/50
	Груша свежая	1/140	Пюре картофельное	1/200
	Какао с молоком	1/200	Компот из кураги	1/200
			Хлеб «Геркулес» зерновой	1/60
6 день	Каша геркулесовая молочная	1/200	Салат из свежих помидоров с зеленым луком	1/100
	Крендель с сахаром	1/50	Суп фасольный с говядиной	250/25
	Чай с сахаром	1/200	Кнели из курицы	80/10
	Яблоко свежее	1/150	Капуста тушеная	1/200
			Кисель фруктовый	1/200
			Хлеб «Геркулес» зерновой	1/60
7 день	Каша рисовая молочная	1/200	Салат «Полынский»	1/100
	Сыр порционный		Суп рыбный	250/25
	Хлеб пшеничный	30/40	Гуляш из говядины	50/50
	Мандарин свежий	1/100	Макароны отварные	1/180
	Кофейный напиток с молоком	1/200	Печенье	1/30
			Сок вишневый	1/200
			Хлеб «Fazer»	1/48

8 день	Омлет натуральный	1/150	Салат по-шекински	1/100
	Хлеб пшеничный	1/25	Суп с курой, с вермишелью	250/25
	Чай с сахаром	1/200	Пудинг рыбный	85/10
	Апельсин свежий	1/160	Пюре картофельное	1/180
			Компот из свежих яблок	1/200
			Хлеб «Геркулес» зерновой	1/60
9 день	Каша молочная пшённая	1/200	Салат зелёный с огурцами	1/100
	Колбаса п/к порционная		Солянка рыбная	250/30
	Хлеб пшеничный	30/40	Чахохбили из курицы	1/100
	Груша свежая	1/140	Рис отварной	1/180
	Чай с сахаром	1/200	Компот из сухофруктов	1/200
			Хлеб Дарницкий	1/48
10 день	Каша молочная ячневая	1/200	Салат из редиса с огурцом	1/100
	Хлеб пшеничный	1/25	Борщ с говядиной	250/25
	Банан свежий	1/180	Котлеты из говядины	1/75
	Чай с сахаром	1/200	Рагу из овощей	1/180
			Сок «Мультифрукт»	1/200
			Хлеб «Fazer»	1/48