

Согласовано:

ответственный школы

К.А. Жакапова

## Перспективное четырехнедельное меню для Отесской НШ за 2022-2023 учебный год

	1 неделя	Выход блюдо 6-10 лет	2 неделя	Выход блюдо 6-10 лет	3 неделя	Выход блюдо 6-10 лет	4 неделя	Выход блюдо 6-10 лет
Понедельник	Суп лапша домашняя с мясом курицы	200/25	Суп гороховый с мясом курицы	200/25	Суп свекольный с мясом курицы	200/25	Суп с крупой с мясом	200/25
	Хлеб с сыром	20/2	Хлеб с сыром	20/2	Хлеб с сыром	20/2	Хлеб с сыром	20/2
	Сок	200	Сок	200	Сок	200	Чай с молоком с сахаром	200
	Яблоко/мандарин	200	Яблоко/мандарин	200	Яблоко/мандарин	200	Яблоко/мандарин	200
Вторник	Гуляш из говядины	60	Конфета	25	Плов с мясом	200	Курица тушеная с отварными макаронами	200
	Гречневый гарнир	100	Жаркое домашнему с курицы	200				
	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Салат овощной	60	Салат свекольный	60	Салат венегрет	60	Салат из моркови	60
	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200
	Вафли	50	Вафли	50	Вафли	50	Вафли	50
Среда	Борщ со свежей капусты с мясом говядины со сметаной	200/25	Суп харчо с мясом говядины	200/25	Рассольник с мясом говядины	200/25	Суп гороховый с мясом	200/25
	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Кисель	200	Кисель	200	Кисель	200	Кисель	200
	Печенье	50	Пряник	50	Булочка	50	Пряник	50
Четверг	Рыба тушеная в соусе	75	Рыба тушеная с подливом	75	Рыба тушеная с овощами	75/100	Рыба тушеная в соусе	75
	Рис отварной	100	Отварные макароны	100	Салат овощной	60	Рис отварной	100
	Салат свекольный с зеленым горошком	60	Салат марковный с яблоком	60			Запеченный/отварной картофель	100
	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200	Чай с сахаром	200
	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Мед	5	Мед	5	Мед	5	Мед	5
							Салат свекольный с зеленым горошком	
Пятница	Каша молочная ячневая с маслом	150	Каша молочная пшеничная с маслом	150	Каша молочная манная с маслом	150	Каша пшеничная манная с маслом	150
	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20	Хлеб	20
	Творожок	100	Яйцо отварное	1	Творожок	100	Яйцо отварное	1
	Какао	200	Кефир с сахаром	150	Какао	150	Молоко	150
	Булочка	50	Печенье	50	Пряник	50	Булочка	50



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ  
на пришкольный лагерь**

1 неделя					
Дни недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Завтрак</b>	Ячневая каша молочная Бутерброд с сыром Чай с сладкий	Каша манная молочная Бутерброд с маслом Чай с молоком	Каша пшеничная молочная Бутерброд с повидлом Чай сладкий	Каша овсяная молочная Бутерброд с сыром Чай с молоком Мед	Каша кукурузная молочная Бутерброд с маслом Чай сладкий Сүзбеше
<b>Обед</b>	Суп домашний Плов с курицей Компот Хлеб /пряник Абрикос/слива/яблоко	Суп харчо Гуляш из говядины Зачеенный/отварной картофель Кисель Хлеб/вафли Нарезка из свежих огурцов	Борщ Гуляш из мяса курицы Отварные макароны Хлеб/печенье Салат солнышко Чай сладкий	Суп гороховый Рыба тушенная с соусом Рис Хлеб/булочка Компот Салат из свежей капусты с помидорами	Суп вермишелевый Гуляш / гречка рассыпчатая Хлеб Кисель Нарезка из свежих огурцов
2 неделя					
Дни недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная Бутерброд с маслом Чай сладкий	Каша ячневая молочная Бутерброд с маслом Чай с молоком	Каша кукурузная молочная Бутерброд с сыром Чай сладкий	Каша манная молочная Бутерброд с повидлом Чай с молоком	Каша овсяная молочная Бутерброд с маслом Чай сладкий Яйцо отварное
<b>Обед</b>	Суп гороховый Гуляш, отварные макароны Кисель Хлеб пряник Абрикос/слива/яблоко	Лапша домашняя Гречка с курицей Компот Хлеб /булочка Салат морковный с яблоком	Рассольник Рагу овощное Кисель Хлеб/вафли Салат овощной	Суп свекольный Рыба припущенная Гарнир рис Хлебпеченье Чай сладкий	Суп вермишелевый Бигус Хлеб Компот Нарезка из свежих огурцов