

Меню 10-дневное
питания обучающихся 1-4 классов
МБОУ «Печорская лингвистическая гимназия»
(горячий завтрак)

2020-2021 учебный год

1 неделя

День/дата		1-4 класс
Понедельник	Макароны, запеченные с тертым сыром Масло сливочное Чай с сахаром с лимоном Хлеб (ржано- пшеничный) Кондитерские изделия	180 10 200/7 30 10
Итого		437
Вторник	Каша гречневая рассыпчатая Масло сливочное Гуляш из свинины Сок Хлеб (ржано- пшеничный)	150 10 80 200 30
Итого		470
Среда	Каша овсяная молочная Чай Хлеб (ржано- пшеничный) Масло сливочное Сыр (Российский и другие)	200 200 30 10 15
Итого		455
Четверг	Рыба припущенная Рис припущенный Какао Хлеб ржано-пшеничный Масло сливочное	80 150 200 30 10
Итого		470
Пятница,	Запеканка творожно - морковная со сметанным соусом Сок Хлеб ржано-пшеничный Масло сливочное	200/15 200 30 10
Итого		455

Составлено
зам. на ч. 14.09.2021
14.09.2021

[illegible]

**Меню 10-дневное
питания обучающихся 1-4 классов
на 2020/2021 учебный год**

Обез

1 неделя

1 неделя		1-4 классы	
День/дата			
Понедельник	Салат: Огурец соленый в нарезке	60	
	Первое блюдо: суп картофельный с бобовыми	250	
	Второе блюдо Кура тушеная с макаронами	80/150	
	Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	
	Хлеб (ржано- пшеничный)	30	
	Мучные кондитерские изделия промышленного производства	20	
		790	
Итого		60	
Вторник	Салат: Винегрет	250	
	Первое блюдо: Суп картофельный с рисом	150	
	Второе блюдо: Каша гречневая рассыпчатая	80	
	Гуляш из свинины	200	
	Компот из сухофруктов	30	
	Хлеб (ржано- пшеничный)	20	
	Хлеб пшеничный	790	
	Итого		60
Среда	Салат: огурцы свежие в нарезке	250	
	Первое блюдо: Щи со сметаной	200	
	Второе блюдо: Плов с курой	200	
	Сок	30	
	Хлеб (ржано- пшеничный)	20	
	Мучные кондитерские изделия промышленного производства	760	
	Итого		60
	Четверг	Салат: помидоры свежие в нарезке	250
Первое блюдо: Борщ со сметаной		80/150	
Второе блюдо: Рыба припущенная с рисом		200	
Компот из св. яблок + витамин С		30	
Хлеб (ржано- пшеничный)		20	
Хлеб пшеничный		790	
Итого			60
Пятница		Салат: Капуста квашеная с р/м	250
	Первое блюдо: Рассольник по ленинградски	200	
	Второе блюдо: Жаркое по -домашнему (мясо свинины, картофель, лук, морковь)	200	
	Компот из шиповника	30	
	Хлеб (ржано- пшеничный)	20	
	Хлеб пшеничный	760	
	Итого		60