



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПИТАНИЯ на 10 дней для обучающихся 5-11 классов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход (вес) порции (мл или г) 5-11 классы	Выход (вес) порции (мл или г) 5-11 кл. Дети ОВЗ
1 НЕДЕЛЯ			
Понедельник			
Завтрак	Макароны запеченные с сыром	250	250
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30
	Слойка фруктовая		50
Итого:		480	570
Вторник			
Завтрак	Голубцы ленивые	200	200
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	60	60
Итого:		460	460
Среда			
Завтрак	Запеканка творожная	180	180
	Повидло	20	20
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	30	30
Итого:		430	430
Четверг			
Завтрак	Рыба запеч.	90	90
	Рис отварной	150	150
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30
	Чай с сахаром	200	200
	Конд. изд.		30
Итого:		470	500
Пятница			
Завтрак	Каша геркулесовая	200	200
	Чай с сахаром	200	200

	Хлеб пшеничный с сыром и маслом	60	60
	Конд. изд.		25
Итого:		460	485
2 НЕДЕЛЯ			
Понедельник			
Завтрак	Суфле мясное с макаронами	200	200
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30
	Конд. Изд.		30
Итого:		430	460
Вторник			
Завтрак	Гуляш из свинины	90	90
	Греча отварная	150	150
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30
Итого:		470	470
Среда			
Завтрак	Каша пшено и рис	200	200
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный с сыром и маслом	60	60
	Фрукт		150
Итого:		460	610
Четверг			
Завтрак	Пудинг творожный	180	180
	Сгущенное молоко	20	20
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб пшеничный	30	30
Итого:		430	430
Пятница			
Завтрак	Плов со свининой	200	200
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб ржано-пшеничный	30	30
	Конд. Изд.		30
Итого:		430	460