

Утверждаю  
 Директор МКОУ «СОШ с. Садовое»

Блимиготова Э.Х.

Приказ № 110/21 от 21.09.2021

Примерное 10 дневное меню (обеда) для обучающихся МКОУ «СОШ с. Садовое»  
 в возрасте от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда	Цена блюда (руб.)
<b>1 день</b>			
1.	Салат витаминный	100	6-68
2.	Суп картофельный с горохом	250	5-40
3.	Шницель из говядины	80	34-70
4.	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6-81
5.	Соус томатный с овощами	20	1-54
6.	Компот из смеси сухофруктов	200	4-15
7.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
8.	Хлеб пшеничный	20	0-76
9.	<b>Итого</b>		<b>61-18</b>
<b>2 день</b>			
1.	Салат из свеклы	60	3-28
2.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6-00
3.	Котлеты, припущенные из птицы	80	23-08
4.	Каша гречневая рассыпчатая	150	10-32
5.	Компот из свежих фруктов	200	4-44
6.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
7.	Хлеб пшеничный	20	0-76
8.	Яблоки	150	12-16
	<b>Итого</b>		<b>61-18</b>
<b>3 день</b>			
1.	Салат из моркови	60	6-78
2.	Борщ с капустой белокочанной и картофелем со сметаной	250	7-26
3.	Рыба, тушенная в томате с овощами	70	30-43
4.	Картофельное пюре	150	10-49
5.	Кисель из сухофруктов	250	4-32
6.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
7.	Хлеб пшеничный	20	0-76
	<b>Итого:</b>		<b>61-18</b>
<b>4 день</b>			
1.	Салат из свежей капусты	60	4-15
2.	Суп лапша домашняя	250	5-59
3.	Биточки из птицы	80	22-07
4.	Рис отварной	150	6-48
5.	Компот из свежих фруктов	200	4-44
6.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
7.	Хлеб пшеничный	20	0-76
8.	Бананы	195	16-55
	<b>Итого:</b>		<b>61-18</b>
<b>5 день</b>			
1.	Салат витаминный	60	5-22
2.	Свекольник	250	6-38
3.	Тефтели говяжьи с рисом	80	34-20
4.	Соус томатный с овощами	20	1-54
5.	Макароны отварные	150	7-79
6.	Компот из смеси сухофруктов	200	4-15

7.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
8.	Хлеб пшеничный	20	0-76
	<b>Итого:</b>		<b>61-18</b>
<b>6 день</b>			
1.	Салат из свеклы	60	3-28
2.	Рассольник ленинградский со сметаной	250-10	6-49
3.	Шницель из говядины	80	34-70
4.	Каша гречневая рассыпчатая	100	8-83
5.	Соус томатный с овощами	20	1-54
6.	Компот из свежих фруктов	200	4-44
7.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
8.	Хлеб пшеничный	20	0-76
	<b>Итого:</b>		<b>61-18</b>
<b>7 день</b>			
1.	Салат из моркови	60	6-09
2.	Борщ с капустой белокочанной и картофелем со сметаной	250-10	6-26
3.	Котлеты, припущенные из птицы	80-5	23-08
4.	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6-81
5.	Соус молочный	20	1-54
6.	Компот из смеси сухофруктов	200	4-15
7.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
8.	Хлеб пшеничный	20	0-76
9.	Яблоко	130	11-35
	<b>Итого:</b>		<b>61-18</b>
<b>8 день</b>			
1.	Салат из свежей капусты	60	4-15
2.	Суп из овощей	250	6-89
3.	Биточки мясные из говядины	80	35-78
4.	Рис отварной	150	6-48
5.	Соус томатный с овощами	20	1-54
6.	Компот из свежих фруктов	200	4-44
7.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
8.	Хлеб пшеничный	20	0-76
	<b>Итого:</b>		<b>61-18</b>
<b>9 день</b>			
1.	Салат витаминный	100	6-68
2.	Суп картофельный с горохом	250	5-40
3.	Печень говяжья по строгановский	110	32-56
4.	Картофельное пюре	150	10-49
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	4-15
6.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
7.	Хлеб пшеничный	20	0-76
	<b>Итого:</b>		<b>61-18</b>
<b>10 день</b>			
1.	Салат из моркови	60	6-09
2.	Суп лапша домашняя	250	5-59
3.	Курица в томатном соусе	120	35-37
4.	Макаронные отварные	150	7-79
5.	Компот из свежих фруктов	200	4-44
6.	Хлеб пшенично – ржаной	30	1-14
7.	Хлеб пшеничный	20	0-76
	<b>Итого:</b>		<b>61-18</b>