

Примерное циклическое 10 дневное меню бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов

Неделя 1				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак				
Макароны с сыром(200г)	Каша гречн.с сахаром(150г)	Каша рисовая на молоке(200г)	Каша манная(150г)	Запеканка из творога(100г)
Компот (200г)	Йогурт(125г)	Чай с лимоном(200г)	Компот(200г)	Молоко кипяченое(200г)
Хлеб пшеничный (40г)	Хлеб пшеничный (40г)	Хлеб пшеничн.(40г)	Пряники(30г)	Печенье(35г)
Обед				
Салат из вар.свеклы(60г)	Винегрет(60г)	Салат из св. капусты(60г)	Салат из моркови(60г)	Винегрет(100г)
Щи из свеж.капусты(250г)	Суп молочный с мак.издел.(250г)	Суп рыбный(250г)	Рассольник(250г)	Суп гороховый(250г)
Рис с рыбн. котлетой(150/60г)	Картофель тушеный с мясом кур(200г)	Макароны с мясом кур и соусом(200г)	Оладьи со сметаной(85г)	Каша гречневая с сахаром(200г)
Коф. капиток(200г)	Кисель(200г)	Компот(200г)	Кисель(200г)	Чай с лимоном(200г)
Хлеб(40г)	Хлеб(40г)	Хлеб(40г)	Хлеб(40г)	Хлеб(40г)

Примерное цикличное 10 дневное меню бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов

Неделя 2				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак				
Макаронны с сыром(200г)	Каша гречн.с сахаром(150г)	Запеканка из творога(100г)	Каша манная(150г)	Каша гречневая с сахаром(200г)
Чай(200г)	Йогурт(125г)	Компот(200г)	Чай(200г)	Чай с лимоном(200г)
Хлеб пшеничный (40г)	Хлеб пшеничный (40г)	Хлеб пшеничн.(40г)	Хлеб пшеничн.(40г)	Печенье(25г)
Вафли(30г)	-	-	-	Хлеб пшеничн.(40г)
Обед				
Салат из св.капусты(100г)	Салат из вар.свеклы(100г)	Салат из св. овощей(60г)	Винегрет(100г)	Салат из моркови(60г)
Борщ со сметаной (250г)	Суп молочный с рисом(200г)	Суп вермишелевый(250г)	Суп гороховый(250г)	Суп картофельный с крупой(200г)
Плов с мясом кур(200г)	Картофельное пюре с рыбой(200\70г)	Каша гречневая с мясом кур и соусом(200г)	Рис с котлетой(200г)	Макаронны с рыбн.котлетой(200г)
Коф. капиток(200г)	Какао(200г)	Чай с лимоном(200г)	Коф. капиток(200г)	Какао(200г)
Хлеб пшеничн.(40г)	Хлеб пшеничн.(40г)	Хлеб пшеничн.(40г)	Хлеб пшеничн.(40г)	Хлеб пшеничн.(40г)
Хлеб(40г)	Хлеб(40г)	Хлеб(40г)	Хлеб(40г)	Хлеб(40г)