



Школа
Согласовано
Дата

МАУ "Питание" Шумерлинского муниципального округа ЧР
Утверждено руководителем исполняющей
обязанности директора Карпова Екатерины Петровны



10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ (12-18 лет)

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день
ЗАВТРАК								
Хлеб ржаной (50 гр) Огурцы свежие порционные (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Помидоры свежие порционные (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Салат из свеклы отварной (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Винегрет овощной (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Огурцы свежие порционные (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Салат из квашеной капусты (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Огурцы свежие порционные (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Салат из свеклы отварной (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Помидоры свежие порционные (100 гр)
Суп картофельный с гороховый с курицей (250 гр)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и курицей (250 гр)	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей (250 гр)	Щи из свежей капусты со сметаной с курицей (250 гр)	Рассольник ленинградский со сметаной и курицей (250 гр)	Суп картофельный с гороховый с курицей (250 гр)	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей (250 гр)	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей (250 гр)	Щи из свежей капусты со сметаной с курицей (250 гр)
Макаронные отварные с маслом (180 гр)	Плов из птицы (180 гр)	Пюре картофельное с маслом (180 гр)	Макаронные отварные с маслом (180 гр)	Жаркое по-домашнему из куриной грудки (180 гр)	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (180 гр)	Пюре картофельное с маслом (180 гр)	Плов из птицы (180 гр)	Макаронные отварные с маслом (180 гр)
Биточки рубленые с сметанным соусом (150/100/50 гр)	Чай с сахаром (200 гр)	Рыба припущенная с соусом сметанным 140/90/50 гр	Биточки рубленые с соусом сметанным 150 (100/50) гр	Компот из смеси сухофруктов (200 гр)	Биточки рубленые с соусом сметанным 150 (100/50) гр	Рыба припущенная с соусом сметанным 150/100/50 гр	Чай с сахаром (200 гр)	Голень тушеная с соусом сметанным 150 (100/50) гр
Чай с сахаром (200 гр)		Чай с лимоном (200 гр)	Компот из свежих плодов (200 гр)		Чай с сахаром (200 гр)	Компот из изюма (200 гр)		Соки фруктовые (180 гр) сухофруктов (200 гр)
ОБЕД								
Хлеб ржаной (50 гр) Огурцы свежие порционные (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Помидоры свежие порционные (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Салат из свеклы отварной (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Винегрет овощной (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Огурцы свежие порционные (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Салат из квашеной капусты (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Огурцы свежие порционные (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Салат из свеклы отварной (100 гр)	Хлеб ржаной (50 гр) Помидоры свежие порционные (100 гр)
Суп картофельный с гороховый с курицей (250 гр)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и курицей (250 гр)	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей (250 гр)	Щи из свежей капусты со сметаной с курицей (250 гр)	Рассольник ленинградский со сметаной и курицей (250 гр)	Суп картофельный с гороховый с курицей (250 гр)	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей (250 гр)	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей (250 гр)	Щи из свежей капусты со сметаной с курицей (250 гр)
Макаронные отварные с маслом (180 гр)	Плов из птицы (180 гр)	Пюре картофельное с маслом (180 гр)	Макаронные отварные с маслом (180 гр)	Жаркое по-домашнему из куриной грудки (180 гр)	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (180 гр)	Пюре картофельное с маслом (180 гр)	Плов из птицы (180 гр)	Макаронные отварные с маслом (180 гр)
Биточки рубленые с сметанным соусом (150 (100/50) гр)	Чай с сахаром (200 гр)	Рыба припущенная с соусом сметанным 140/90/50 гр	Биточки рубленые с соусом сметанным 150 (100/50) гр	Компот из смеси сухофруктов (200 гр)	Биточки рубленые с соусом сметанным 150 (100/50) гр	Рыба припущенная с соусом сметанным 150/100/50 гр	Чай с сахаром (200 гр)	Голень тушеная с соусом сметанным 150 (100/50) гр
Чай с сахаром (200 гр)		Чай с лимоном (200 гр)	Компот из свежих плодов (200 гр)		Чай с сахаром (200 гр)	Компот из изюма (200 гр)		Соки фруктовые (180 гр) сухофруктов (200 гр)