

Согласовано
Директор НМБОУ «Гимназия №11»



Цветкова Л.А.

**ПРИМЕРНОЕ 24-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ № 2 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
Сентябрь - октябрь 2020 г.**



I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Огурцы порционные	60	Помидоры порционные	60
Щи с мясом и сметаной	200	Суп из овощей с пшеном с мясом	200
Сосиска отварная	100	Плов с курицей	250
Рис с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Компот фруктово-ягодный (клубника)	200
Компот фруктово-ягодный (яблоко-смородина)	200		
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Маринад из моркови	60	Икра свекольная	60
Суп гороховый с мясом	200	Суп куриный с вермишелью	200
Котлета мясная с тыквой (гов, кур, тыква) / Мясо туш (свинина)	80/(80/30)	Печень тушеная в сметанном соусе	80/30
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Картофельное пюре с маслом / Картофель запеченный	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Кисель плодово – ягодный витаминиз (яблочно-облепиховый)	200	Компот фруктово-ягодный (смородина-слива)	200
СРЕДА		СРЕДА	
Яйцо отварное	50	Яйцо отварное	50
Сыр порциями	20	Сыр порциями	20
Борщ с мясом и сметаной	200	Суп картофельный с фасолью	200
Гуляш (свинина)	80/30	Курица запеченная	80
Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот фруктово-ягодный (вишня)	200	Компот фруктово-ягодный (кизил)	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Суп рыбный с крупой (сайра)	200	Огурцы порционные	60
Фрикадельки мясные с рисовой крупой (свинина, курица, лук, рис, морковь) / Бефстроганов (свинина)	80 (80/30)	Свекольник с мясом и сметаной	200
Спагетти отварные с маслом	150	Биточек из рыбы Бриз (минтай, лук, морковь) / Рыба туш с овощами (минтай)	80/(80/30)
Фрукты в ассортименте	150	Рис с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Сок фруктовый (зеленое яблоко)	200	Напиток витаминизированный плодово – ягодный (клюквенный)	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Икра свекольная	60	Суп – пюре из овощей с гренками / Суп овощной с гренками	200/10
Суп куриный с рисом	200	Мясо тушеное (свинина)	80/30
Рыба запеченная со сметаной и зеленью (минтай)	100	Макароны отварные с маслом	150
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Фрукты в ассортименте	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из сухофруктов	200	Компот из кураги	200
СУББОТА		СУББОТА	
Ассорти из свежих овощей (огурцы, помидоры)	60	Маринад из моркови	60
Суп картофельный с мясом	200	Рассольник с мясом и сметаной	200
Курица запеченная с сыром	85	Котлета мясная Домашняя (говядина, свинина, курица) / Бефстроганов (св)	80/(80/30)
Каша пшеничная вязкая с маслом	150	Картофель отварной с маслом и зеленью	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот фруктово-ягодный (красная смородина)	200	Компот фруктово-ягодный (вишня)	200
III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Помидоры порционные	60	Огурцы порционные	60
Суп картофельный с мясом	200	Солянка овощная	200
Сарделька отварная	100	Филе птицы запеченное с помидорами	80
Спагетти отварные с маслом	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот фруктово-ягодный (клубника-алыча)	200	Компот фруктово-ягодный (яблоко-жимолость)	200

ВТОРНИК			ВТОРНИК	
Огурцы порционные	60	Маринад из моркови		60
Борщ с мясом и сметаной	200	Суп куриный с рисом и томатом		200
Курица запеченная с сыром	85	Жаркое с мясом (свинина)		250
Рис с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной		45/25
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Сок фруктовый (персиковый)		200
Отвар из шиповника	200			
СРЕДА			СРЕДА	
Яйцо отварное	50	Яйцо отварное		50
Сыр порциями	20	Сыр порциями		20
Суп гороховый с мясом	200	Суп – пюре из тыквы с гречками / Суп из тыквы с гречками		200/10
Рыба тушеная с овощами (минтай)	80/30	Котлета из птицы Рыба / Курица запеченная		80 (80)
Картофельное пюре с маслом / Картофель отв с маслом и зел.	150	Макароны отварные с маслом		150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной		45/25
Сок фруктовый (мультифруктовый)	200	Компот из чернослива и сухофруктов		200
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ	
Маринад из моркови	60	Икра свекольная		60
Уха с рыбой (горбуша)	200	Суп картофельный с мяс. фрикадельками / Суп картоф с мясом		200
Котлета мясная Деликатесная (свинина, курица) / Гуляш (свинина)	80/(80/30)	Рыба запеченная по – сибирски (минтай, соус молочный)		80
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Рис с маслом		150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной		45/25
Компот фруктово-ягодный (смородина)	200	Компот фруктово-ягодный (красная смородина)		200
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА	
Суп куриный с вермишелью	200	Рассольник с мясом и сметаной		200
Мясо тушеное с картофелем (свинина)	250	Биточек мясной Пионерский (говядина, курица) / Бефстроганов (свинина)		80, (80/30)
Фрукты в ассортименте	100	Картофельное пюре с маслом / Картофель отварной с маслом и зеленью		150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Фрукты в ассортименте		100
Кисель плодово – ягодный витаминизированный (черносмородиновый)	200	Хлеб пшеничный/ржаной		45/25
		Компот фруктово-ягодный (черноплодная рябина)		200
СУББОТА			СУББОТА	
Икра свекольная	60	Помидоры порционные		60
Щи с мясом и сметаной	200	Свекольник с мясом и сметаной		200
Мясо тушеное (свинина)	80/30	Гуляш (свинина)		80/30
Макароны отварные с сыром и маслом	150	Капуста тушеная		150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной		45/25
Компот фруктово-ягодный (клубника)	200	Компот фруктово-ягодный (вишня)		200