

Утверждаю  
Директор МБОУ «КСОШ №1»  
Васильева С.А.  
«01» сентября 2023 год



# МЕНЮ

НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД

МБОУ «Карагайская средняя общеобразовательная  
школа №1» с 01.09.2023

**План-меню на 10 дней на летне-осенний период года для детей общеобразовательных организаций Карагайского муниципального округа**

<b>1 неделя - ПН</b>	<b>1 неделя - ВТ</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша гречневая вязкая – 200 Сыр полутвердый (порциями) – 15 Хлеб пшеничный формовой – 30 Кофейный напиток с молоком – 200 Фрукты свежие - 200	Запеканка из творога с повидлом – 100/10 Хлеб пшеничный формовой – 30 Чай с сахаром – 200 Фрукты свежие - 200
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Суп с рыбными консервами (сайра) – 200 Котлеты из говядины – 100 Макаaronные изделия отварные– 150 Хлеб пшеничный формовой – 70 Хлеб ржано-пшеничный – 30 Компот из смеси сухофруктов - 200	Суп с макарон изделиями и картофелем – 200 Котлета куриная – 100 Пюре картофельное – 150 Хлеб пшеничный формовой – 70 Хлеб ржано-пшеничный – 30 Кисель из концентрата плодового или ягодного – 200
<b>1 неделя - СР</b>	<b>1 неделя - ЧТ</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша манная молочная жидкая – 200 Масло сливочное (порциями) – 15 Хлеб пшеничный формовой – 30 Какао с молоком – 200 Соки овощные, фруктовые и ягодные (инд.упаковка) - 200	Омлет натуральный – 100 Масло сливочное (порциями) – 10 Хлеб пшеничный формовой – 35 Чай с лимоном – 200 Фрукты свежие - 200

<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Салат картофельный с зеленым горошком (масло) – 100 Рассольник домашний со сметаной – 200/10 Котлеты из говядины - 100 Капуста тушенная – 150 Хлеб пшеничный формовой – 70 Хлеб ржано-пшеничный – 30 Компот из сухофруктов - 200	Суп из овощей на мясном бульоне с сметаной– 200/10 Рыба, тушенная в сметанном соусе (горбуша) – 100 Рис отварной – 150 Хлеб пшеничный формовой – 70 Хлеб ржано-пшеничный – 30 Напиток из шиповника – 200
<b>1 неделя - ПТ</b>	<b>2 неделя - ПН</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
Каша из "Геркулеса" вязкая – 200 Йогурт (инд. упаковка) – 125 Хлеб пшеничный формовой – 30 Чай с молоком – 200 Фрукты свежие - 200	Каша ячневая вязкая – 200 Яйцо варенное – 40 Хлеб пшеничный формовой – 30 Какао с молоком – 200 Соки овощные, фруктовые и ягодные (инд.упаковка) - 200
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
Щи из свежей капусты с картофелем с сметаной – 200/10 Печень говяжья по-строгановски – 100 Каша гречневая рассыпчатая – 150 Хлеб пшеничный формовой – 70 Хлеб ржано-пшеничный – 30 Компот из смеси сухофруктов - 200	Рассольник ленинградский на курином бульоне с сметаной – 200/10 Птица в соусе с томатом (кура) – 100 Макаронные изделия отварные– 150 Хлеб пшеничный формовой – 70 Хлеб ржано-пшеничный – 30 Компот из сухофруктов – 200 Печенье - 20
<b>2 неделя - ВТ</b>	<b>2 неделя - СР</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>

<p>Каша «Дружба» – 200          Булочка ванильная – 70          Хлеб пшеничный формовой – 15          Кофейный напиток с молоком – 200          Фрукты свежие - 200</p>	<p>Омлет натуральный – 100          Сыр полутвердый (порциями) – 15          Хлеб пшеничный формовой – 35          Чай с сахаром – 200          Фрукты свежие - 200</p>
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
<p>Салат морковный – 100          Борщ с картофелем на мясном бульоне с мясом          отварным с сметаной – 200/10          Котлеты или биточки рыбные (минтай) – 100          Пюре картофельное – 150          Хлеб пшеничный формовой – 70          Хлеб ржано-пшеничный – 30          Напиток из шиповника- 200</p>	<p>Суп из овощей с сметаной – 200/10          Тефтели из говядины в томатном соусе – 100          Каша гречневая рассыпчатая – 150          Хлеб пшеничный формовой – 70          Хлеб ржано-пшеничный – 30          Кисель из концентрата плодового или ягодного – 200          Печенье – 40</p>
<b>2 неделя - ЧТ</b>	<b>2 неделя - ПТ</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак</b>
<p>Запеканка из творога с повидлом – 100/10          Булочка домашняя – 70          Хлеб пшеничный формовой – 15          Чай с лимоном – 200          Фрукты свежие - 200</p>	<p>Каша рисовая молочная жидкая – 200          Йогурт (инд.упаковка) – 125          Масло сливочное (порциями) - 10          Хлеб пшеничный формовой – 30          Чай с молоком – 200</p>
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>
<p>Салат витаминный (масло) – 100</p>	<p>Щи из свежей капусты с картофелем с сметаной – 200/10          Котлеты из говядины – 100</p>

<p>Суп гороховый на мясном бульоне с мясом отварным – 200</p> <p>Гренки из пшеничного хлеба – 20</p> <p>Рыба, тушенная в томате с овощами (филе горбуши) – 100</p> <p>Картофель отварной – 200</p> <p>Хлеб пшеничный формовой – 70</p> <p>Хлеб ржано-пшеничный – 30</p> <p>Компот из смеси сухофруктов - 200</p>	<p>Ругу из овощей – 150</p> <p>Хлеб пшеничный формовой – 70</p> <p>Хлеб ржано-пшеничный – 30</p> <p>Компот из яблок с лимоном – 200</p>
--	---