



Утверждаю:  
Директор школы

Примерное меню на обеды учащихся (с 12 лет и старше) осень-зима

	Наименование блюда	Выход в граммах	Цена (руб)
<b>1 день</b>			
1	Наггетсы куриные	4/20	37,20
2	Макаронные изделия отварные	150	4,00
3	Помидоры соленые	50	4,80
4	Сок фруктовый	200	12,00
5	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого:</b>		<b>60,00</b>
<b>2 день</b>			
1	Люля-кебаб из говядины	65	35,52
2	Пюре картофельное	150	12,50
3	Огурцы свежие	40	6,48
4	Компот из сухофруктов витамин.	200	3,50
5	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого:</b>		<b>60,00</b>
<b>3 день</b>			
1	Мясо тушеное(говядина)	37/35	39,65
2	Каша пшеничная	150	3,15
3	Салат из квашеной капусты	50	4,20
4	Кофе со сливками	200	11,00
5	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого:</b>		<b>60,00</b>
<b>4 день</b>			
1	Филе грудки куриной запеченное	70	28,74
2	Картофель отварной	150	12,70
3	Винегрет овощной	50	4,56
4	Сок фруктовый	200	12,00
5	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого:</b>		<b>60,00</b>
<b>5 день</b>			
1	Шницель рубленный из говядины	75	40,76
2	Рис отварной	150	6,30
3	Помидоры свежие	40	7,94
4	Чай с сахаром	200/15	3,00
5	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого:</b>		<b>60,00</b>
<b>6 день</b>			
1	Сосиски отварные ганноверские	55	25,00

2	Макаронные изделия отварные	150	4,00
3	Сыр твердый	15	10,50
4	Салат из моркови с маслом раст.	50	6,50
5	Сок фруктовый	200	12,00
6	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого :</b>		<b>60,00</b>
	<b>7 день</b>		
1	Рыба(хек),тушенная в томате с овощами	70/35	28,01
2	Пюре картофельное	150	12,50
3	Зеленый горошек	50	11,49
4	Компот из свежих плодов витамин.	200	6,00
5	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого:</b>		<b>60,00</b>
	<b>8 день</b>		
1	Котлета из говядины	80	31,01
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,89
3	Огурцы свежие	50	8,10
4	Сок фруктовый	200	12,00
5	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого :</b>		<b>60,00</b>
	<b>9 день</b>		
1	Жаркое по-домашнему	37/150	50,00
2	Огурцы соленые	50	4,50
3	Компот из сухофруктов витамин.	200	3,50
4	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого :</b>		<b>60,00</b>
	<b>10 день</b>		
1	Котлета рубленая из филе куриного	85	30,78
2	Рис отварной	150	6,30
3	Помидоры свежие	50	9,92
4	Кофе со сливками	200	11,00
5	Хлеб пшеничный (ржаной)	25/25	2,00
	<b>Итого :</b>		<b>60,00</b>