

Примерное единое меню горячих завтраков для обучающихся 5-11 классов с марта 2021г (сезон зима-весна)

		Меню гр
День 1		
	Бутерброд с сыром "Голландский" и маслом сливочным	40
	Каша жидкая молочная (рисовая)	200/5
	Какао с молоком	200
	Хлеб пшеничный	37,5
	Хлеб ржаной йодированный	30
	Кондитерское изделие(кекс ванильный)	50
	Фрукты свежие (яблоко)	115
День 2		
	растительным	100
	Жаркое по-домашнему	175
	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	35,2
День 3		
	Дополнительный гарнир, помидор соленый	30
	Котлета рубленая из курицы	100
	Каша вязкая (гречневая)	180
	Хлеб пшеничный	44
	Хлеб ржаной йодированный	33,6
	Сок фруктовый	200
	Фрукты свежие (яблоки)	110

День 4		
	Дополнительный гарнир, огурец соленый	30
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	225
	Чай с лимоном	200
	Хлеб ржаной йодированный	43
	Хлеб пшеничный	40
	Кисломолочный продукт кефир 2,7 %-ой жирности	180
День 5		
	Котлеты (биточки) особые из говядины	100
	Рагу из овощей	175/5
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	34,5
	Кисель из плодов и ягод	200
День 6		
	Омлет с сыром и горошком прогретым, маслом сливочным	205
	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржаной йодированный	30,8
	Фрукты свежие (яблоко)	100
День 7		
	Дополнительный гарнир, огурец соленый	20
	Шницель рыбный	100
	Картофельное пюре	180
	Хлеб пшеничный	25

	Хлеб ржаной йодированный	23,2
	Сок фруктовый	200
День 8		
	Дополнительный гарнир, помидор соленый	45
	Тефтели из говядины с соусом сметанным	110/50
	Каша вязкая (гречневая)	180
	Фруктовый чай	200
	Хлеб ржаной йодированный	40
	Хлеб пшеничный	46
День 9		
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	160/20
	Чай с молоком	200
	Хлеб пшеничный	28,4
	Хлеб ржаной йодированный	20
День 10		
	Дополнительный гарнир, кукуруза консервированная	30
	Фрикадельки из курицы	95/5
	Макаронные изделия отварные с овощами	180
	Кофейный напиток на молоке	200
	Хлеб пшеничный	42,4
	Фрукты свежие (яблоки)	100