



Утверждаю

Директор школы

А.В.Шмаков

«08» сентября 2020г

Примерное меню 5- 11 классы

1, 3 недели

Понедельник

<p style="text-align: center;">Завтрак</p> Запеканка из творога с морковью с сгущенным молоком 150 Чай с сахаром 200/15 Хлеб пшеничный 40	<p style="text-align: center;">Обед</p> Щи из свежей капусты 250гр. Гуляш из говядины 50гр. Макароны отварные 150\200гр. Чай с сахаром 170гр. Хлеб пшеничный 40гр. Салат из св.помидор 60гр. Хлеб ржаной 40гр.
Вторник	
<p style="text-align: center;">Завтрак</p> Бутерброд с сыром 30/15/5 Каша ячневая с молоком/масло сливочное 200/5 Какао с молоком 200 Хлеб пшеничный 40	<p style="text-align: center;">Обед</p> Суп лапша с курой 250гр. Биточки припущ. 50гр. Картофельное пюре 100\150гр. Огурец свежий 30гр. Чай с сахаром 170гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 40гр.
Среда	
<p style="text-align: center;">Завтрак</p> Сосиска отварная 80 Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным 150/5 Кофейный напиток на молоке 200 Хлеб пшеничный 30	<p style="text-align: center;">Обед</p> Суп картофельный 250гр. Оладьи со сгущ.молоком 150\30гр. Кофейный напиток 170гр. Хлеб ржаной 40гр. Яблоко 200гр.
Четверг	
<p style="text-align: center;">Завтрак</p> Запеканка творожная со сгущенным молоком 150/10 Чай с сахаром и лимоном 200/15/7 Хлеб пшеничный 40	<p style="text-align: center;">Обед</p> Борщ со св.капустой 250гр. Рыба припущ. 60гр. Картофельное пюре 100\150гр. Салат из свеклы 60гр. Компот из св. яблок 170гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 40гр.
Пятница	
<p style="text-align: center;">Завтрак</p> Омлет натуральный с маслом сливочным 150/5 Чай с сахаром 200/15 Хлеб пшеничный 40	<p style="text-align: center;">Обед</p> Суп картофельный с горохом 250гр. Творожная запеканка со сгущ. молоком 100/150гр. Чай с сахаром 170гр. Хлеб ржаной 40гр.



Утверждаю

А.В.Шмаков

«01» сентября 2020г

Примерное меню 5-11 классы

2, 4 недели

Понедельник

<p><b>Завтрак</b></p> <p>Бутерброд с маслом 30/10 Лапшевник с творогом 155 Кофейный напиток на молоке 200 Хлеб пшеничный 40</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Суп картофельный 250гр. Биточки припущ. 50гр. Рис отвар. 150\200гр. Чай с сахаром 170гр. Хлеб пшеничный 40гр Хлеб ржаной 40гр.</p>
<b>Вторник</b>	
<p><b>Завтрак</b></p> <p>Бутерброд с сыром 30/15/5 Каша геркулесовая с маслом сливочным 200/5 Чай с молоком 200 Хлеб пшеничный 40</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Суп картофельный с рыбой 250гр Гуляш из говядины 50гр. Гречка отварная 150\200г Огурец свежий 30гр Чай с сахаром 170гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 40гр.</p>
<b>Среда</b>	
<p><b>Завтрак</b></p> <p>Бутерброд с колбасой 30/20 Пудинг из творога с джемом 180/20 Чай с сахаром 200/15 Хлеб пшеничный 40</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Суп харчо 250гр. Омлет из яиц 100гр.\150гр. Чай с сахаром 170гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 40гр. Груша 190гр.</p>
<b>Четверг</b>	
<p><b>Завтрак</b></p> <p>Бутерброд с сыром 30/15/5 Каша из пшена и риса молочная с маслом сливочным 200/10 Какао с молоком 200 Хлеб пшеничный 40</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Салат из свеклы 60гр. Суп картофельный с фасолью 250гр. Картофельное пюре 100\150гр. Сосиска отварная 80гр. Компот из св. яблок 170гр Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 40гр.</p>
<b>Пятница</b>	
<p><b>Завтрак</b></p> <p>Сосиска отварная 80 Овощи в молочном соусе 150 Чай с сахаром и лимоном 200/15/7 Хлеб пшеничный 40</p>	<p><b>Обед</b></p> <p>Суп картофельный 250гр. Плов с курой 150\200гр Помидор свежий 30гр. Кисель 170гр. Хлеб пшеничный 40гр. Хлеб ржаной 40гр.</p>