

Примерное меню МБОУ "Ишальская НОШ"

7-11 лет

Утверждаю
Директор МБОУ "Ишальская НОШ"
А.Н.Фризен



1 День	2 День	3 День	4 День	5 День	6 День	7 День	8 День	9 День	10 День
Завтрак									
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ 160	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 60	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 160	КАША "ДРУЖБА" 160	РАГУ ОВОЩНОЕ 160	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТЫ 90	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 160	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 160	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ГУЛЯШ 90	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 90	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 160	ГУЛЯШ 90	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 90
ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 90	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 90	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 185/15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
Фрукты 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		Фрукты 110			Фрукты 110	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		