

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ
УЧАЩИХСЯ 1-4 классов

№ рецептур	Наименование блюд	Масса порции, г
Неделя: первая		
1-день		
14М	масло сливочное	10
15М	сыр порционный	20
120М	суп молочный с макаронными изделиями	200
376М	Чай с сахаром	200/15
	хлеб пшеничный	40
	фрукты*	150
2-день		
211М	омлет с сыром	150
С	овощная закуска	60
378М	чай с молоком	200
	кондитерское изделие	30
	хлеб пшеничный	40
3-день		
278М	тефтели из говядины	80/66
125М	картофель отварной	150
С/71М	овощи свежие **	60
377М	отвар из шиповника(чай с лимоном 1 вариант)	200
	батон йодированный	20
	зефир	10
4-день		
15М	сыр порционный	15
222М	пудинг из творога запеченный/со сгущенным молоком	140
382М	какао напиток на молоке	200
	хлеб пшеничный	40
	фрукты*	150
5-день		
260М	гуляш из говядины	80/80
312М	картофельное пюре	150
С/71М	овощи свежие **	60
377М	чай с лимоном	200
	хлеб пшеничный	40
	кондитерское изделие	30
Неделя: вторая		
6-день		
239М	тефтели рыбные	80/48
171М	каша пшеничная	150
С/71М	овощи свежие **	60

382М	какао напиток на молоке	200
	хлеб пшеничный	40
	пастила	15
7-день		
224М	Запеканка из творога с морковью/со сгущенным молоком	140
376М	Чай с сахаром	200/15
	хлеб пшеничный	40
	фрукты*	150
8-день		
255М	печень по-страгоновски	80/80
304М	рис отварной	150
С/71М	овощи свежие **	60
379М	кофейный напиток с молоком	200
	хлеб пшеничный	40
	кондитерское изделие	30
9-день		
295М	Котлеты рубленые из бройлер - цыплят с соусом сметанным	80/48
203 М	макаронные изделия отварные	150
С/71М	овощи свежие **	60
378М	чай с молоком	200
	батон йодированный	20
	пастила	15
10-день		
14М	масло сливочное	10
15М	сыр порционный	15
175М	каша вязкая молочная из риса и пшена	200/5
376М	Чай с сахаром	200/15
	хлеб пшеничный	40
	фрукты *	150