

СОГЛАСОВАНО

ИП Е.И. Боковикова

Боков.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №8

В.К. Русских

ДОКУМЕНТОВ

г. Красновишерск

Красновишерский городской округ

Россия, Пермский край

**Примерное 10- дневное меню
завтраков и обедов для организации питания школьников
в МБОУ СОШ №8**

Дни		Наименование блюда	Выход блюда, гр. 7-11 лет	Выход блюда, гр. 11-18 лет
День 1	завтрак	Каша 4 злака	0,205	
		Вафля сливочная	0,04	
		Чай с сахаром	0,200	
		Хлеб пшеничный	0,02	
обед		Суп гороховый с гренками	0,200	0,250
		Макаронные изделия отварные	0,150	0,180
		Кура	0,120	0,140
		Чай с сахаром	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 2	завтрак	Каша манная с маслом	0,205	
		Печенье сахарное	0,03	
		Чай с сахаром	0,200	
		Хлеб пшеничный	0,02	
обед		Суп перловый	0,200	0,250
		Пюре картофельное	0,150	0,180
		Ежики мясные	0,07	0,09

		Компот из красной смородины	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 3	завтрак	Каша кукурузная	0,205	
		Печенье сахарное	0,03	
		Чай с сахаром	0,200	
		Хлеб пшеничный	0,02	
	обед	Щи со свежей капустой со сметаной	0,200	0,250
		Рис отварной	0,150	0,180
		Котлета мясная	0,07	0,09
		Соус	0,05	0,05
		Чай с сахаром	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 4	завтрак	Каша пшеничная	0,205	
		Бутерброд со сгущенным молоком	0,05	
		Чай с сахаром	0,200	
		Хлеб пшеничный	0,02	
	обед	Суп с рыбной консервой	0,200	0,250
		Греча рассыпчатая	0,150	0,180
		Гуляш мясной	0,07	0,08
		Чай с сахаром	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 5	завтрак	Омлет натуральный	0,105	
		Какао на сгущенном молоке	0,200	

		Хлеб пшеничный	0,02	
	обед	Суп вермишелевый	0,200	0,250
		Пюре картофельное	0,150	0,180
		Сосиска отварная	0,06	0,06
		Чай с сахаром	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 6	завтрак	Каша рисовая	0,205	
		Печенье сахарное	0,03	
		Кисель	0,200	
		Хлеб пшеничный	0,02	
	обед	Суп перловый	0,200	0,250
		Макаронные изделия отварные	0,150	0,180
		Котлета мясная	0,07	0,09
		Чай с сахаром	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 7	завтрак	Каша пшенная	0,205	
		Вафля	0,03	
		Чай с сахаром	0,200	
		Хлеб пшеничный	0,02	
	обед	Суп с макаронными изделиями	0,200	0,250
		Плов	0,200	0,230
		Компот из клубники	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 8	завтрак	Каша «Дружба»	0,205	

		Печенье сахарное	0,03	
		Чай с сахаром	0,200	
		Хлеб пшеничный	0,02	
	обед	Суп гороховый с гренками	0,200	0,250
		Рис отварной с овощами	0,150	0,180
		Кура	0,120	0,140
		Чай с сахаром	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 9	завтрак	Каша геркулесовая	0,205	
		Бутерброд со сгущенным молоком	0,04	
		Чай с сахаром	0,200	
		Хлеб пшеничный	0,02	
	обед	Щи со свежей капустой со сметаной	0,200	0,250
		Жаркое по-домашнему	0,200	0,230
		Компот из свежих яблок	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06
День 10	завтрак	Каша рисовая	0,205	
		Бутерброд с маслом	0,03	
		Кофейный напиток	0,200	
	обед	Суп с рыбной консервой	0,200	0,250
		Макаронные изделия отварные	0,150	0,180
		Тефтели мясные	0,07	0,09
		Напиток из шиповника	0,200	0,200

		Напиток из шиповника	0,200	0,200
		Хлеб пшеничный, ржаной	0,04	0,06