



Примерное десятидневное меню

МБОУ «Обвинская средняя общеобразовательная школа»

Период: зимне-весеннее

1 неделя

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Каша пшенная	Запеканка из творога	Каша молочная манная жидкая	Омлет натуральный	Макароны отварные с сыром
Чай с сахаром	Повидло яблочное или молоко сгущенное	Какао с молоком	Чай с сахаром	Чай с молоком
Хлеб пшеничный формовой	Кофейный напиток с молоком	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой
Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой
Птица отварная (кура)	Суп картофельный с рыбой (минтай)	Рассольник домашний на мясном бульоне	Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне	Щи из свежей капусты с картофелем
Рис припущенный	Жаркое по-домашнему	Сметана	Сметана	Сметана
Чай с сахаром	Компот из с/ф	Котлеты из говядины	Рыба, тушенная в сметанном соусе (минтай)	Печень говяжья по-строгановски
Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Капуста тушенная	Пюре картофельное	Каша гречневая рассыпчатая
Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Компот из яблок	Соус сметанный	Соус сметанный
		Хлеб пшеничный формовой	Компот из плодов или ягод сушеных (курага и изюм)	Компот из смеси сухофруктов
		Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой
		Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный

2 неделя

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Каша ячневая вязкая	Каша «Дружба»	Суп молочный с макаронами	Запеканка из творога	Каша рисовая молочная жидкая
Чай сахаром	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Повидло яблочное	Какао с молоком
Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой
Обед				
Рассольник ленинградский на курином бульоне	Борщ с картофелем на мясном бульоне	Суп из овощей	Суп гороховый на мясном бульоне	Щи из свежей капусты с картофелем
Сметана	Сметана	Сметана	Гренки из пшен. хлеба	Сметана
Птица в соусе с томатом (кура)	Котлеты или биточки рыбные (минтай)	Тефтели из говядины в молочном соусе	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай)	Плов из птицы (кура)
Макаронные изделия отварные	Пюре картофельное	Каша гречневая	Рис отварной	
Соус томатный		Соус молочный		
Компот из свежих плодов и ягод (яблоко)	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм и курага)	Чай с лимоном	Компот из смеси сухофруктов	Компот из яблок
Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой	Хлеб пшеничный формовой
Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный