

Утверждаю

Директор школы Грибова Ю.В.

Примерное десятидневное меню

МБОУ «Обвинская средняя общеобразовательная школа»

Период: летнее - осеннее

1 неделя

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|-----------------------------|---|-----------------------------|---|-----------------------------------|
| Завтрак | | | | |
| Каша гречневая вязкая | Запеканка из творога | Каша молочная манная жидкая | Омлет натуральный | Каша из «Геркулеса» вязкая |
| Кофейный напиток с молоком | Чай с сахаром | Какао с молоком | Чай с сахаром | Чай с молоком |
| Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с рыбой | Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне | Рассольник домашний | Суп из овощей | Щи из свежей капусты с картофелем |
| Кнели из говядины | Птица отварная (кура) | Сметана 5 | Сметана 5 | Сметана 5 |
| Макаронные изделия отварные | Пюре картофельное | Котлеты из говядины | Рыба, тушенная в сметанном соусе (минтай) | Печень говяжья по-строгановски |
| Компот из св.плодов и ягод | Чай с сахаром | Капуста тушенная | Рис отварной | Пюре картофельное |
| Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой | Компот из яблок | Компот из плодов или ягод сушеных (изюм) | Компот из смеси сухофруктов |
| Хлеб ржано-пшеничный | Хлеб ржано-пшеничный | Хлеб пшеничный формовой | 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» | Омлет натуральный | Запеканка из творога | Каша рисовая молочная жидкая |
| Какао с молоком | Кофейный напиток с молоком | Чай с сахаром | Повидло яблочное Чай с сахаром | Чай с сахаром |
| Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой | Хлеб пшеничный формовой |
| Обед | | | | |
| Рассольник ленинградский на курином бульоне | Борщ с картофелем | Суп из овощей | Суп гороховый Гренки из пшеничного хлеба | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне |
| 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) | Жаркое по-домашнему |
| Макаронные изделия отварные | Пюре картофельное | Каша гречневая | Картофель отварной с маслом | |
| Соус томатный | | Соус молочный | | |
| Компот из свежих плодов и ягод (яблоко) | Компот из плодов и ягод сушеных (курага) | Чай с сахаром | 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 |