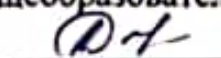


Директор КГУ «Общеобразовательная школа № 10»

 Махаметчин К.Д.

УТВЕРЖДАЮ



### ПЕРСПЕКТИВНОЕ

(рекомендуемое)

меню блюд для организации питания учащихся начальных классов в общеобразовательных школах за счет бюджетных средств на 2022 год

1-неделя

1-день ПОНЕДЕЛЬНИК

№	Наименование блюд	Выход блюда,гр.		
		6(7)-10 лет	11-14 лет	
1	Тефтели из говядины	60	80	
2	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	
3	Сузбеше	50	50	
4	Чай с медом	200/10	200/10	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	
<b>2-день ВТОРНИК</b>				
1	Салат морковный на раст. масле	60	80	
2	Куры отварные	60	80	
3	Гарнир : перловка	100	130	
4	Компот из сухофруктов	200	200	
5	Фрукты	100	100	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	
<b>3-день СРЕДА</b>				
1	Котлеты (говядина)	60	80	
2	Гарнир: рис припущенный	100	130	
3	Салат витаминный на раст. Масле	60	80	

3	Кефир	200	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	
<b>4-день ЧЕТВЕРГ</b>				
1	Тефтели из судака	60	80	
2	Гарнир : рожки отварные	100	130	
3	Кисель с витамином С	200	200	
4	Мед пчелиный	10	10	
5	Фрукты	100	100	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	
<b>5-день ПЯТНИЦА</b>				
1	Мясо тушеное (курица)	60	80	
2	Гарнир: капуста тушеная	100	130	
3	Сузбеше	50	50	
4	Сок натуральный	200	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	

**2-неделя  
1-день ПОНЕДЕЛЬНИК**

№	Наименование блюд	Выход блюда, гр.	
		6(7)-10 лет	11-14 лет
1	Плов (курица)	120	150
2	Сузбеше	50	50
3	Чай с медом	200/10	200/10
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35
<b>2-день ВТОРНИК</b>			
1	Салат витаминный на раст. масле	60	80
2	Зразы рубленые	60	80
3	Гарнир: перловка	100	130
4	Компот из сухофруктов	200	200
5	Фрукты	100	100
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	35
<b>3 день СРЕДА</b>			
1	Салат морковный на раст масле	60	80
2	Жаркое по -домашнему (говядина )	100	130
3	Кисель с витамином С	200	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	35
<b>4 -день ЧЕТВЕРГ</b>			
1	Салат из свежих овощей на раст. масле	60	80
2	Рыба тушеная	80	90
3	Гарнир: картофельное пюре	100	130
4	Сок персиковый	200	200
5	Фрукты	100	100
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	35
<b>5-день ПЯТНИЦА</b>			
1	Салат витаминный на раст. масле	60	80

2	Зразы рубленые	80	90	
3	Гарнир: рис припущенный	100	130	
4	Компот из сухофруктов	200	200	
5	Мед пчелиный	10	10	
6	Сузбеше	50	50	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	