



Примерное меню завтраков, обедов для учащихся общеобразовательных учреждений начального и среднего профессионального образования

ООО СЛТ

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции в граммах
1	2	3
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ День первый ЗАВТРАК		
1	Каша пшенная на цельном молоке с маслом сливочным	200/10
2	Бутерброд с ветчиной / сыром	40
3	Кофейный напиток(без кофеина)или из цикория с молоком *	200
ОБЕД		
1	Суп картофельный с яйцом на бульоне	250/10
2	Котлета куриная с соусом	50/50
3	Каша гречневая рассыпчатая	150
4	Компот из ягод	200
5	Хлеб ржаной	30
День второй ЗАВТРАК		
1	Котлета из мяса птицы с соусом	75
2	Рис отварной	150
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7

4	Выпечка	50
5	Хлеб пшеничный йодированный	30

ОБЕД

1	Похлебка грибная со сметаной	200/10
2	Печень по-строгановски или оладьи из печени	100
3	Рис отварной	150
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7
5	Хлеб ржаной	30

День третий ЗАВТРАК

1	Каша Дружба на цельном молоке с маслом сливочным	200/10
2	Кофейный напиток(без кофеина)или из цикория с молоком *	200
3	Хлеб пшеничный йодированный	30
4	Выпечка	75

ОБЕД

1	Суп картофельный гороховый с мясом	250/10
2	Мясо куриное (бризоль) в соусе	50/50
3	Макароны отварные	150
4	Компот из ягод	200
5	Хлеб ржаной	30

День четвертый ЗАВТРАК

1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	120/30
2	Бутерброд с ветчиной	20/20
3	Чай с сахаром	200

ОБЕД

1	Рассольник Ленинградский с курой	250/10
---	----------------------------------	--------

2	Котлета "Домашняя" с соусом	50/50
3	Каша гречневая рассыпчатая	150
4	Морс ягодный	200
5	Хлеб ржаной	30

День пятый ЗАВТРАК

1	Сосиска отварная	2 шт
2	Картофельное пюре	150
3	Чай с сахаром	200
4	Хлеб ржаной	30

ОБЕД

1	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом	250/10
2	Отбивная из свинины в картофельной панировке с соусом	75/50
3	Макароны отварные	150
4	Напиток ягодный	200
5	Хлеб ржаной	30

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ День первый ЗАВТРАК

1	Греча отварная	150
2	Котлета куриная с соусом	50/50
3	Бутерброд с сыром	20/20
4	Кофейный напиток(без кофеина)или из цикория с молоком *	200
5	Хлеб пшеничный	30

ОБЕД

1	Борщ из свежей капусты и картофеля с мясом	250/10
2	Котлета "Домашняя" с соусом	50/50
3	Макароны отварные	150
4	Компот из ягод	200

5	Хлеб ржаной	30

День второй ЗАВТРАК

1	Каша Дружба на цельном молоке с маслом сливочным	200/10
2	Чай с сахаром и шиповником	200
3	Выпечка	75
4	Хлеб пшеничный	30

ОБЕД

1	Суп с макаронными изделиями (вермишелевый) и грудкой кур	200/15
2	Картофельное пюре с маслом сливочным	150
3	Котлета рыбная Любительская(пароконвектомат)	50
4	Чай с сахаром и лимоном	200/5
5	Хлеб ржаной	30

День третий ЗАВТРАК

1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	120/30
2	Бутерброд с сыром	20/20
3	Чай с сахаром	200

Обед

1	Суп рыбный	250
2	Печень куриная в сливочном соусе	100
3	Каша гречневая рассыпчатая	150
4	Напиток ягодный	200
5	Хлеб ржаной	30

День четвертый ЗАВТРАК

1	Макароны отварные	150
---	-------------------	-----

2	Печень по- милански	
3	Чай с сахаром	85
4	Хлеб ржаной	200
		30

ОБЕД

1	Суп с макаронными изделиями (вермишелевый) и грудкой кур	200/10
2	Мясо куриное (бризоль) в соусе	50/50
3	Картофельное пюре с маслом сливочным	150
4	Морс ягодный	200
5	Хлеб ржаной	30

День пятый ЗАВТРАК

1	Рис отварной	150
2	Биточек куриный с крабовыми палочками	75
3	Кофейный напиток(без кофеина)или из цикория с молоком *	200
4	Хлеб пшеничный йодированный	60

ОБЕД

1	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом	250/10
2	Гуляш	50/50
3	Макароны отварные	150
4	Морс ягодный	200
5	Хлеб ржаной	30