



Утверждено: *Сарафанов С.А.*

Двухнедельное циклическое меню питания за счет родителей

Утверждено директором МБОУ «СОШ № 11» С.А. Сарафанов
Соловьева Е. Михайлова
Соловьева Е. Михайлова
МБОУ «СОШ № 11»
Н.Ю. Соловьева

| № | Наименование блюда | Масса порции гр |
|-----------------------------|--|-----------------|
| сборник | | 5 - 11 класс |
| рецептур | | |
| 1 неделя | | |
| | 1 день | |
| ПР | Колбаса варено-копченая порционная | 30 |
| табл. №4 сб. рец 2004 г. | Каша молочная с маслом сливочным | 200 |
| 774 сб. рец 2004 г. | Чай с сахаром | 200 |
| 775 сб. рец 2004 г. | Выпечка дрож./печенье/пряники | 50 |
| ПР | Батон | 20 |
| | 2 день | |
| ПР | Овощи свежие/соленые порционные | 100 |
| 499 сб. рец 2004 г. | Котлета из птицы | 80 |
| 516 сб. рец 2004 г. | Макароны отварные с маслом сливоч. | 185 |
| 639,634 сб. рец 2004 г. | Компот из сухофруктов/св. фруктов/ягод | 200 |
| ПР | Хлеб | 30 |
| | Итого | |
| | 3 день | |
| ПР | Сыр порционный | 30 |
| 336 сб. рец 2004 г. | Запеканка из творога с повидлом | 170 |
| 685 сб. рец 2004 г. | Чай с сахаром | 200 |
| ПР | Батон | 20 |
| | 4 день | |
| 43,45,79,71 сб. рец 2004 г. | Салат из свежих / отварных овощей | 100 |
| 388 сб. рец 2004 г. | Котлета рыбная | 80 |
| 520 сб. рец 2004 г. | Пюре картофельное с маслом слив. | 185 |
| ПР | Сок фруктовый | 200 |
| ПР | Хлеб | 30 |
| | 5 день | |
| ПР | Овощи свежие/соленые порционные | 100 |

| | | |
|----------------------------|--------------------------------------|-----|
| 437 сб.рец 2004 г. | Гуляш | 100 |
| 508 сб.рец 2004 г. | Каша гречневая | 180 |
| 686 сб.рец 2004 г. | Чай с сахаром и лимоном | 207 |
| ПР | Хлеб | 30 |
| 2 неделя | | |
| | 1 день | |
| ПР | Овощи свежие/соленые порционные | 100 |
| ПР | Колбаса варено-копченая порционная | 30 |
| 333 сб.рец 2004 г. | Макароны отварные с сыром и маслом | 225 |
| 685 сб.рец 2004 г. | Чай с сахаром | 200 |
| ПР | Батон | 20 |
| | 2 день | |
| ПР | Овощи свежие/соленые порционные | 100 |
| 413 сб.рец 2004 г. | Сосиски/сардельки/колбаса отварная | 100 |
| 534 сб.рец 2004 г. | Капуста тушеная с маслом сливочным | 185 |
| 685 сб.рец 2004 г. | Чай с сахаром | 200 |
| ПР | Хлеб | 30 |
| | 3 день | |
| 43,45,79,71 сб.рец 2004 г. | Салат из свежих/отварных овощей | 100 |
| 492 сб.рец 2004 г. | Плов из цыпленка | 250 |
| 686 сб.рец 2004 г. | Чай с сахаром и лимоном | 207 |
| ПР | Хлеб | 30 |
| | 4 день | |
| 43,45,79,71 сб.рец 2004 г. | Салат из свежих/отварных овощей | 100 |
| 461 сб.рец 2004 г. | Тефтели мясные с соусом | 130 |
| 520 сб.рец 2004 г. | Пюре картофельное | 180 |
| ПР | Сок фруктовый | 200 |
| ПР | Хлеб | 30 |
| | 5 день | |
| ПР | Сыр порционный | 30 |
| 728,733 сб.рец 2004 г. | Блинчики с начин.или оладьи с джемом | 190 |
| 692 сб.рец 2004 г. | Кофейный напиток с молоком | 200 |
| ПР | Батон | 20 |

