

Утверждаю:
 директор МКОУ СОШ с. Русский Турек
 _____ Л.В.Попова

МЕНЮ

ПОНЕДЕЛЬНИК		ЧЕТВЕРГ	
Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1.омлет натуральный	200	1.Суп молочный с домашней лапшой	200
2. Батон с маслом сыр	40 / 15/20	2. Батон с маслом	40/15
3. Кофейный напиток на молоке	200	3. Какао с молоком	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
1. Сок фруктовый натуральный	100	1. фрукты свежие	100
ОБЕД		ОБЕД	
1.суп гороховый с курицей	200	1.Борщ с курицей и сметаной	200
2.Капуста тушеная с отварным мясом Салат свеклы с чесноком	80/200/60	2.Гуляш мясной гречка рассыпчатая салат луковый с соленым огурцом	200/80/60
3 компот из сухофруктов, хлеб	200/40	3.Напиток из шиповника ,хлеб	200/40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1.чай с молоком	200	1.Кисель из концентрата	200
2.сдоба с сахаром	75	2. Печенье	75
ВТОРНИК		ПЯТНИЦА	
Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1. каша пшеничная на молоке	200	1. Каша рисово- пшеничная с молоком	200
2. Батон с маслом	40/15	2. батон с маслом яйцо отварное	40/15/40
3. Какао с молоком	200	3.Кофейный напиток на молоке	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
1. фрукты свежие	100	1. Сок фруктовый натуральный	100
ОБЕД		ОБЕД	
1. Свекольник на м-б со сметаной	200	1. суп – пюре из печени с гренками	200
2. Котлета мясная картофельное пюре соус сметанный салат из моркови	200/80/60	2. Шницель макароны отварные Салат из моркови	80/200/60
3. Чай с сахаром, хлеб ржаной	200/40	3. чай с сахаром, хлеб	200/40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1.чай с сахаром	200	1.Чай с сахаром	200
2. печенье	75	2.Пирожок с изюмом	75
СРЕДА		выходной	
Наименование блюд	Выход		
ЗАВТРАК			
1.каша гречневая на молоке	200		
2. Батон с маслом сыр	40/15/20		
3. Кофейный напиток	200		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
1. сок фруктовый натуральный	100		
ОБЕД			
1.суп овощной с курицей	200		
2. плов с курицей салат из моркови	80/200/60		
3. Напиток из мяты, хлеб	200/40		
ПОЛДНИК			
1.Компот из сухофруктов	200		
2.булочка домашняя	75		

Утверждаю:

директор МКОУ СОШ с. Русский Турек

Л.В.Попова

МЕНЮ

ПОНЕДЕЛЬНИК		ЧЕТВЕРГ	
Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1.Суп молочный с макаронами	200	1.Макароны с отварной сосиской	200
2. Батон с маслом сыр	40 / 15/20	2. Батон с маслом	40/20
3.Кофейный напиток с молоком	200	3. Кофейный напиток с молоком	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
1. Сок фруктовый натуральный	100	1. Фрукты свежие	100
ОБЕД		ОБЕД	
1.Суп рыбный Сайра	200	1.Свекольник на курином бульоне со сметаной	200
2.Ленивые голубцы картофельное пюре Салат из репчатого лука	80/200/60	2. Куры отварные с картофельным пюре, салат из моркови	200/80/60
3 чай с сахаром, хлеб	200/40	3.Компот из сухофруктов ,хлеб	200/40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1. Компот из сухофруктов	200	1.Кисель из концентрата	200
2. Булочка домашняя с изюмом	75	2. сырники со сметаной	75
ВТОРНИК		ПЯТНИЦА	
Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1. Омлет с овощами	200	1. каша молочная гречневая вязкая	200
2. Батон с маслом	40/15	2. батон с маслом	40/15
3. Кофейный напиток с молоком	200	3. Какао на молоке	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
1. сок фруктовый натуральный	100	1. Сок фруктовый натуральный	100
ОБЕД		ОБЕД	
1.Рассольник по-домашнему со сметаной	200	1. Суп картофельный с мясом	200
2 Гречка рассыпчатая ,соус томатный,котлета мясная салат из свеклы с зеленым горошком	200/80/60	2.Печень по-строгановски, рис, салат из свежей капусты	80/200/60
3. Напиток витаминный, хлеб	200/40	3. Компот из свежих яблок, хлеб	200/40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1.чай с сахаром и лимоном	200	1.напиток из мяты	200
2. Печенье	75	2. . Печенье	75
СРЕДА		выходной	
Наименование блюд	Выход		
ЗАВТРАК			
1.Каша геркулесовая на молоке	200		
2. Батон с маслом сыр	40/15 /20		
3. Какао на молоке	200		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
1. сок фруктовый натуральный	100		
ОБЕД			
1.Щи на курином бульоне со сметаной	200		
2.Котлета рыбная рис , салат «Зимний»	80/200/60		
3.Компот из сухофруктов , хлеб	200/40		
ПОЛДНИК			
1.Чай с сахаром	200		
2.Пирожок с повидлом	75		

Утверждаю:
 директор МКОУ СОШ с. Русский Турек
 _____ Л.В.Попова

МЕНЮ

ПОНЕДЕЛЬНИК		ЧЕТВЕРГ	
Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1.Омлет натуральный салат овощной	200	1.суп молочный с клецками	200
2. Батон с маслом сыр	40 /15/20	2. Батон с маслом отварное яйцо	40/15
3. Какао с молоком	200	3. Кофейный напиток с молоком	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
1. Сок фруктовый натуральный	100	1. сок фруктовый натуральный	100
ОБЕД		ОБЕД	
1.Суп с клецками и мясом	200	1.Рассольник на к-б со сметаной	200
2.Тефтели мясо-крупяные, соус томатный, картофельное пюре, зеленый горошек	80/200/ 60	2.Картофельное пюре, филе птицы, запеченное в томатном соусе салат картофельный с огурцами	200/80/ 60
3 компот из свежих яблок, хлеб	200/40	3.Компот из сухофруктов ,хлеб	200/40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1.чай с молоком	200	1.Кисель из концентрата	200
2.Ватрушка с повидлом	75	2. Печенье	75
ВТОРНИК		ПЯТНИЦА	
Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1. Каша рисовая на молоке	200	1. Каша рисовая на молоке	200
2. Батон с маслом	40/15	2. батон с маслом, сыр	40/15/20
3. Кофейный напиток с молоком	200	3.Кофейный напиток на молоке	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
1. Фрукты свежие	100	1. Сок фруктовый натуральный	100
ОБЕД		ОБЕД	
1. Борщ с мясом и сметаной	200	1. суп гороховый с крученым мясом	200
2. Жаркое по-домашнему с мясом салат из свеклы с соленым огурцом	200/60	2. Суфле из печени с макаронами, салат из репчатого лука	80/200/ 60
3. Компот из сухофруктов, хлеб ржаной	200/40	3. чай с сахаром, хлеб	200/40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1.чай с сахаром	200	1.Чай с лимоном	200
2. Печенье	75	2.Ватрушка с картошкой	75
СРЕДА		выходной	
Наименование блюд	Выход		
ЗАВТРАК			
1.Каша манная молочная	200		
2. Батон с маслом	40/15		
3. Какао с молоком	200		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
1. сок фруктовый натуральный	100		
ОБЕД			
1.Суп крестьянский на к-б	200		
2. Котлета мясная жареная с отварными макаронами, салат из моркови	80/200/ 60		
3. Напиток из шиповника, хлеб	200/40		
ПОЛДНИК			
1.Компот из сухофруктов	200		

2.Пирожок с яйцом и луком	75	
---------------------------	----	--

Утверждаю:
 директор МКОУ СОШ с. Русский Турек
 _____ Л.В.Попова

МЕНЮ

ПОНЕДЕЛЬНИК		ЧЕТВЕРГ	
Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1.Каша геркулесовая на молоке	200	1.Суп молочный с домашней лапшой	200
2. Батон с маслом сыр	40 /15/20	2. Батон с маслом, яйцо диетическое сваренное вкрутую	40/20/40
3.Какао с молоком	200	3. Кофейный напиток с молоком	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
1. Сок фруктовый натуральный	100	1. Фрукты свежие	100
ОБЕД		ОБЕД	
1.Суп с мясными фрикадельками	200	1.суп из рыбных консервов	200
2.Тефтели мясные с картофельным пюре, салат свеклы с чесноком	80/200/60	2.Азу, салат из моркови	200/80/60
3 чай с сахаром, хлеб	200/40	3.Компот из сухофруктов ,хлеб	200/40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1. Компот из сухофруктов	200	1.чай с сахаром	200
2. Печенье	75	2. сырники с изюмом	75
ВТОРНИК		ПЯТНИЦА	
Наименование блюд	выход	Наименование блюд	выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
1. Омлет с колбасой	200	1. каша молочная гречнево-манная	200
2. Батон с маслом	40/15	2. батон с маслом сыр	40/15/20
3. Кофейный напиток с молоком	200	3. Кофейный напиток на молоке	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	
1. Фрукты свежие	100	1. Сок фруктовый натуральный	100
ОБЕД		ОБЕД	
1.Щи из свежей капусты со сметаной	200	1. суп – пюре из печени с гренками	200
2 Бефстроганов из отварной говядины с рисом в молочном соусе, салат витаминный	200/80/60	2.тефтели мясные с соусом,макароны, салат из свежей капусты	80/200/60
3. Напиток мяты, хлеб	200/40	3. Кисель из концентрата, хлеб	200/40
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
1.чай с сахаром	200	1.напиток из мяты	200
2. блинчики с повидлом	75	2.Ватрушка с творогом	75
СРЕДА		выходной	
Наименование блюд	Выход		
ЗАВТРАК			
1.суп молочный с овощами и гренками	200		
2. Батон с маслом	40/15		
3. Какао с молоком	200		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
1. сок фруктовый натуральный	100		
ОБЕД			
1.суп – лапша домашняя с курицей	200		
2.Котлета рыбная жареная с картофельным пюре, салат из лука и зеленого горошка	80/200/60		

3.чай с сахаром, хлеб	200/40	
ПОЛДНИК		
1.кофейный напиток	200	
2.сарделька в тесте	75	