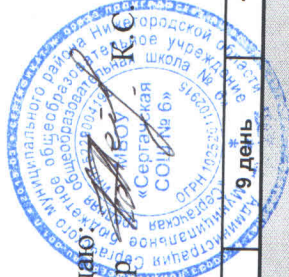


Утверждаю
Директор

К.С. Метлин



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ МБОУ «Сергачская СОШ № 6» на 2022-2023 учебный год

| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
|----------------------------|---|----------------------------|---|------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------|--|------------------------------|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" 60 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 60 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-й ВАРИАНТ) 60 | САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦАМИ И | РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ 100 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 170 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 60 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ СО СМЕТАНОЙ |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ | БАТОН 55 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150 | РИС ОТВАРНОЙ 160 | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С | ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ) 60/30 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМ И) 10 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ 200 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 40 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 |
| БАТОН 55 | ЧАЙ С САХАРОМ | ПТИЦА ОТВАРНАЯ | БАТОН 60 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40 | ПРЯНИКИ 46 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ГРУША 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | БАТОН 55 | БАТОН 60 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | БАТОН 55 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ВАФЛИ 46 | ГРУША 100 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И | БАТОН 55 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | БАТОН 55 | ЯБЛОКО 100 |
| ЯБЛОКО 100 | | ЯБЛОКО 100 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | | АПЕЛЬСИН 100 | АПЕЛЬСИН 100 | БАНАН 100 | АПЕЛЬСИН 100 | БАТОН 55 |
| СОК | | БАТОН 60 | ЯБЛОКО 100 | | | | | | СОК ЯБЛОЧНЫЙ |
| Обед | | | | | | | | | |
| САЛАТ ВИТАМИН | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ | БОРЩ С МЯСОМ 250 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1- | СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ | СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 120 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ СО | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫ 200 |
| РАССОЛЫ И ДОМАШНИ И СО | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 150 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый 160 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 200 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 150 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 160 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 160 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ 80 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ 200 | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ | ГУЛЯШ 50/50 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ 200 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | РИС ОТВАРНОЙ 160 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ | КЕФИР 200 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | БАТОН 55 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 |
| КЕФИР 200 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | БАТОН 60 | БАТОН 60 | КЕФИР 200 | БАТОН 60 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | ХЛЕБ | БАТОН 55 | БАТОН 55 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | БАТОН 55 | | КЕФИР 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С | | БАТОН 55 | БАТОН 55 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ | |
| БАТОН 55 | | | БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ | | | | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 200 | | |