

«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Михайловская ООШ»

Морозова В.А.

(приказ № 89

от 20 октября 2021 года)



Двухнедельное меню

МБОУ «Михайловская ООШ» для организации питания .

День недели	Меню	Состав	Масса порции
Понедельник	Биточек мясной	Мясо 88,8 Хлеб пшеничный 8 Сухари панировочные 7 Масло растительное 5 Соль 2	80
		Чай с сахаром	Сахар -15,0 Чай – 1,0
	Рис отварной	Рис 54 Масло сливочное 7 Соль 7,5	150
	Огурец		30
	Хлеб пшеничный		20
	Бутерброд с маслом и сыром	Хлеб 20 Масло 10 Сыр 20	50
	Фрукты		100
	Вторник	Пюре картофельное	Картофель 175 Масло сливочное 5
Горошек зеленый консервированный			20
Какао на молоке		Молоко 200 Какао 4 Сахар 20	200
Рыба тушеная		Минтай 100 Лук 10	100

		Морковь 23 Соль 4 Лавровый лист 0,01 Томатная паста 10 Растительное масло 5	
	Хлеб пшеничный		20
	Булочка		30
	Фрукты		100
Среда		Мясо (фарш) 95 Яйцо 0,1 Масло растительное 6 Сухари панировочные 12 Соль 2	80
	Шницель мясной		
		Крупа гречневая 71 Масло сливочное 10	150
	Каша гречневая		
	Огурец		30
		Сухофрукты 20 Сахар 20	200
	Компот из сухофруктов		
	Хлеб пшеничный		20
	Фрукты		100
Четверг		Мясо 108 Рис 45 Масло растительное 6 Лук 8 Морковь 13 Соль 5 Томатная паста 10	200
	Плов с мясом птицы		
	Помидоры		30
		Молоко 200 Кофейный напиток 4 Сахар 20	200
	Кофейный напиток		
	Булочка		30
	Хлеб пшеничный		20
	Фрукты		100

Пятница	Гуляш	Мясо 100 Лук 10 Масло растительное 5 Томатная паста 8 Соль 4 Мука пшеничная 2	80
	Огурец		30
	Макароны отварные	Макароны 53 Масло сливочное 5 Соль 4,5	150
	Сок 0,2		200
	Хлеб пшеничный		20
	Фрукты		100
	Понедельник	Огурец	
Тефтели куриные		Мясо кур 50 Рис 5 Лук 10 Соль 2 Масло растительное 3 Мука 2	100
Картофельное пюре		Картофель 175 Масло сливочное 5	150
Компот из сухофруктов		Сухофрукты 20 Сахар 20	200
Фрукты			100
Хлеб пшеничный			20
Вторник	Грудка куриная тушеная	Мясо кур 150 Лук 5 Морковь 5 Мука 4 Паста томатная 12 Соль 3	100
	Рис отварной	Рис 54 Масло сливочное 7 Соль 7,5	150

		Чай 1 Сахар 15	
	Чай с сахаром		200
	Хлеб пшеничный		20
	Бутерброд с маслом и сыром	Хлеб 20 Масло 10 Сыр 20	50
	Фрукты		100
	Булочка		30
	Горошек зеленый консервированный		20
Среда	Огурец		30
	Жаркое по домашнему	Мясо 108 Лук 10 Масло растительное 6 Картофель 130 Соль 4 Томатная паста 6 Лавровый лист 0,01	200
	Яйцо вареное		1 шт.
	Какао на молоке	Молоко 200 Какао 4 Сахар 20	200
	Фрукты		100
	Хлеб пшеничный		20
	Четверг	Помидоры	
Биточки из мяса кур		Мясо 88,8 Хлеб пшеничный 8 Сухари панировочные 7 Масло растительное 5 Соль 2	90
Каша пшеничная		Крупа пшеничная 50 Соль 4 Масло сливочное 10	150

	Булочка		30
	Сок 0,2		200
	Фрукты		100
	Хлеб пшеничный		20
Пятница	Макаронные изделия	Макароны 53 Масло сливочное 5 Соль 4,5	150
	Напитки	Молоко 200 Кофейный напиток 4 Сахар 20	200
	Мясо	Мясо 100 Лук 10 Масло растительное 5 Томатная паста 8 Соль 4	
	Хлеб	Мука пшеничная 2	80
	Овощи	Огурец	30
	Хлеб	Хлеб пшеничный	20
	Фрукты	Фрукты	100