

НОУ школа "Истоки" План-меню: Меню обычное (осенне-зимний)

Категория: Мл.школьники

Директор: И.Н. Юшева



День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Бутерброды с маслом (1-й вариант) - 93	40	Бутерброды с сыром (1-й вариант) - 90	45	Бутерброды с вареными колбасами (1-й вариант) - 81	50	Бутерброды с сыром (2-й вариант) - 91	35	Бутерброды с маслом (2-й вариант) - 94	30
Каша гречневая рассыпчатая - 237	200	Макаронные изделия отварные - 291	200	Овощи отварные (свекла) - 422 (3)	200	Рагу из овощей - 195	200	Кукуруза отварная (зерен с маслом) - 175 (2)	155
Птица отварная - 404	80	Мясо тушеное - 363	100	Тефтели из говядины с рисом ("ежики") - 390	100	Сосиски, сардельки, колбаса отварная - 395	100	Плов из отварной птицы - 406	200
Соус сметанный натуральный - 443	60	Компот из смеси сухофруктов - 508	200	Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый) - 518 (2)	200	Овощи натуральные соленые (огурцы) - 107 (2)	100	Компот из апельсинов с яблоками - 510	200
Хлеб столовый (ржано-пшеничный) - 110	50	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) - 110	50	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) - 110	50	Чай-заварка - 492	50	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) - 110	50
Батон нарезной - 111	15					Хлеб столовый (ржано-пшеничный) - 110	50		
Чай с сахаром, вареньем, медом - 493	200								
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Молоко кипяченое - 515	200	Молоко кипяченое - 515	200	Молоко кипяченое - 515	200	Молоко кипяченое - 515	200	Молоко кипяченое - 515	200
Печенье - 590	100	Пряники - 589	100	Вафли - 588	100	Печенье - 590	100	Пряники - 589	100
День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Бутерброды с маслом (1-й вариант) - 93	40	Бутерброды с сыром (2-й вариант) - 91	35	Картофельное пюре - 429	200	Бутерброды с маслом (1-й вариант) - 93	40	Каша рисовая вязкая - 253	200
Котлеты, биточки, шницели - 381	100	Запеканка из творога - 313	150	Котлеты рыбные любительские - 346	120	Жаркое по-домашнему - 369	200	"Крендель сахарный" - 640	75
Каша рисовая рассыпчатая - 240	200	Соус молочный сладкий - 440	60	Соус красный основной - 456	50	Салат овощной с зеленым горошком - 69	100	Чай с лимоном - 494	200
Чай с сахаром, вареньем, медом - 493	200	Чай с лимоном - 494	200	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный) - 518 (1)	200	Чай с сахаром, вареньем, медом - 493	200		
Хлеб пшеничный - 108	50	Батон нарезной - 111	15	Хлеб столовый (ржано-пшеничный) - 110	50				
				Овощи натуральные соленые (огурцы) - 107 (2)	100				
ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2		ЗАВТРАК 2	
Молоко кипяченое - 515	200	Молоко кипяченое - 515	200	Молоко кипяченое - 515	200	Молоко кипяченое - 515	200	Молоко кипяченое - 515	200
Вафли - 588	100	Пряники - 589	100	Печенье - 590	100	Вафли - 588	100	Пряники - 589	100

