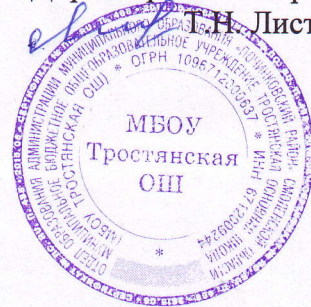


Утверждаю  
Приказ №104 от 31.08.2021 года  
Директор МБОУ Тростянской ОШ  
Т.Н. Листишенкова



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ  
НА 10 ДНЕЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
МБОУ ТРОСТЯНСКОЙ ОШ  
НА 2021/2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

I день

Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Салат из помидор с маслом растительном	80
2	Картофель тушеный с овощами и мясом	200
3	Какао с молоком	200
4	Хлеб	30
5	Батон с маслом сливочным и сыром	35/10
6	Фрукт	100

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	суп вермишелевый	250
2	Картофель тушеный с овощами и мясом	200
3	Какао с молоком	200
4	Хлеб	30

II день

Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Салат из отварной свеклы с маслом растительном	80
2	макароны отварные с маслом слив	160
3	котлета паровая с соусом	70/20
4	Чай с лимоном	200/7
5	Хлеб	30
6	Батон с маслом сливочным и сыром	35/10
7	Фрукт	100

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	суп картофельный	250
2	макаронны отварные с маслом слив	160
3	котлета паровая с соусом	70/20
4	Чай с лимоном	200/7
	Хлеб	30

III день

Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Салат из свежих огурцов с маслом растительном	60
2	плов рисовый с бедром куриным	160
4	Кофейный напиток с молоком	200
5	Хлеб	30
6	Батон с маслом сливочным и сыром	35/10
7	Фрукт	100

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Суп гороховый	250
2	плов рисовый с бедром куриным	160
3	Кофейный напиток с молоком	200
4	Хлеб	30

IV день

Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Салат из св.моркови с маслом растительном	60
2	Каша пшенная с масл.слив	160
3	Бифштекс мясной с соусом	65/20
4	Кисель фруктовый	200
5	Хлеб	30
6	Батон с маслом сливочным и сыром	35/10
7	Фрукт	100
8	Зефир	40

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Борщ с картофелем и сметаной	250
2	Каша пшенная с масл.слив	160
3	Бифштекс мясной с соусом	65/20
4	Кисель фруктовый	200
5	Хлеб	

V день

Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Салат из св. капусты с маслом растительном	60
2	Каша гречневая с масл.слив	160
3	Гуляш из мяса свинины	65/20
4	Чай с сахаром	200
5	Хлеб	30
6	Батон с маслом сливочным и сыром	35/10
7	Фрукт	100
8	Зефир	40

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Суп овощной на курином бульоне	250
2	Каша гречневая с масл.слив	160
3	Гуляш из мяса свинины	65/20
4	Чай с сахаром	200
5	Хлеб	30

VI день

Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Салат из св. огурцов и помидор с маслом растительном	60
2	Голубцы ленивые	180
3	Какао с молоком	200
4	Хлеб	30
5	Батон с маслом сливочным и сыром	35/10
6	Фрукт	100

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр,мл)
1	Суп с крупой и картофелем	250
2	Голубцы ленивые	180
3	Какао с молоком	200
4	Хлеб	30
5	Голубцы ленивые	180

## VII день

### Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр/мл)
1	Салат из помидор с луком репчатым	60
2	Пюре картофельное	180
3	Рыба минтай(филе)отварная	55
4	Соус паровой	20
5	Кофейный напиток	200
6	Хлеб/батон с маслом сл.	30/35
7	Фрукт	100

### Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр/мл)
1	Суп с макаронными изделиями	250
2	Пюре картофельное	180
3	Рыба отварная	50
4	Кофейный напиток	200
5	Хлеб	50

## VIII день

### Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр/мл)
1	Салат из свежих огурцов с луком	60
2	Макаронны отварные с маслом сл.	160
3	Гуляш из бедра курицы	50/20
4	Чай с лимоном	20/7
5	Хлеб/батон с маслом сл.	30/35
6	Фрукт	100
7	Зефир	40

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр/мл)
1	Суп-пюре картофельный	250
2	Макаронны отварные с маслом сл.	160
3	Гуляш куриный	50/20
4	Чай с сахаром	200
5	Хлеб	50

IX день

Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр/мл)
1	Салат из капусты с огурцом	60
2	Каша рисовая с маслом сл.	160
3	Поджарка мясная	70
4	Кисель фруктовый	200
5	Хлеб/батон с маслом сл.	30/35
6	Фрукт	100

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр/мл)
1	Щи из свежей капусты со сметаной	250
2	Каша рисовая с маслом сл.	160
3	Поджарка мясная	70
4	Кисель фруктовый	200
5	Хлеб	50

Х день

Меню для 1-4 классов (завтрак)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр/мл)
1	Салат из свежих овощей с маслом растительным	60
2	Рагу овощное	200
3	Рыба припущенная	55
4	Компот из свежих фруктов	200
5	Хлеб/батон с маслом сл.	30/35
6	Фрукт	100
7	Зефир	40

Меню для 5-9 классов (обед)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (гр/мл)
1	Суп рисовый на курином бульоне	250
2	Рагу овощное	200
3	Рыба припущенная	55
4	Компот яблочный	200
5	Хлеб	50