



***Меню МБОУ Ново-Горкинская СШ***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***День1 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** |  | |  | |
| 1.Каша гречневая | 200 | 181.97 | 1.Помидор св | 35 | | 14,95 | |
| 2.Бутерб. с сыром |  |  | 2.Суп верм. кур. | 200 | | 15,021 | |
| 3.Чай | 200 | 30.32 | 3.Биточки кур. | 50 | | 5,79 | |
| 4.Хлеб | 24 | 104.8 | 4.Овощное рагу | 90 | | 14,204 | |
|  |  |  | 5.Компот с курагой | 200 | | 9,489 | |
|  |  |  | 6.Хлеб | 66 | | 86,88 | |
| ***День2 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** |  | |  | |
| 1.Гуляш курин. | 50 | 390,61 | 1.Салат из ог. и ред. | 35 | | 102.50 | |
| 2.Рожки отв. | 150 | 13,87 | 2.Щи св. кап. кур. | 200 | | 132.93 | |
| 3.Чай с лимоном | 200 | 29.17 | 3.Плов с кур. | 200 | | 290.62 | |
| 4.Хлеб рж. | 24 | 104.80 | 4.Напиток из шип. | 200 | | 44.01 | |
|  |  |  | 5.Хлеб рж. | 66 | | 86.88 | |
|  |  |  |  |  | |  | |
| ***День3 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** |  | |  | |
| 1.Блины | 150/40 |  | 1.Салат из пом. и ог. | 55 | | 96,80 | |
| 2.Яйцо | шт | 62,70 | 2.Борщ с кур | 200 | | 139,98 | |
| 3.Какао | 200 | 107,19 | 3.Тефтели рыб. | 50 | | 205,47 | |
|  |  |  | 4.Картоф.отв | 100 | | 82,18 | |
|  |  |  | 5.Кисель | 200 | | 42,112 | |
|  |  |  | 6.Хлеб | 66 | | 86,88 | |
| ***День4 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** |  | |  | |
| 1.Котлета кур. | 50 | 390.61 | 1.Салат из св.пом. | 50 | | 104.10 | |
| 2.Каша пшен | 150 | 125.67 | 2.Суп рис. кур. | 200 | | 156.38 | |
| 3.Чай | 200 | 30.32 | 3. Гуляш кур. | 50 | | 390.61 | |
| 4.Хлеб пш. | 33 | 86.88 | 4.Греча | 100 | | 114.68 | |
|  |  |  | 5.Компот из кураги | 200 | | 29.95 | |
|  |  |  | 6.Хлеб рж. | 66 | | 86.88 | |
| ***День5 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** |  | |  | |
| 1.Картоф.пюре | 150 | 125.67 | 1.Свежий огур. | 30 | | 8.4 | |
| 2.Котлета рыб. | 50 |  | 2.Суп карт. рыб. | 200 | | 161.35 | |
| 3.Коф. нап. | 200 | 110.92 | 3. Сырники со смет. |  | |  | |
| 4.Хлеб рж. | 33 | 86.88 | 4.Сок | 200 | | 68.40 | |
|  |  |  | 5.Хлеб рж. | 66 | | 86.88 | |
|  | | | | | | | |
| ***День 6 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** | |  | |  |
| 1.Каша рис. | 200 | 185.62 | 1.Кукуруза конс. | | 40 | | 34.80 |
| 2.Сыр | 20 | 39.60 | 2.Рассольник с гов. | | 200 | | 160.16 |
| 3.Коф. напит. | 200 | 110.92 | 3.Гуляш кур. | | 50 | | 37.578 |
| 4.Хлеб | 24 | 104.8 | 4.Картоф.пюре | | 100 | | 125.67 |
|  |  |  | 5.Лимон. напиток | | 200 | | 41.86 |
|  |  |  | 6.Хлеб рж. | | 66 | | 86.88 |
| ***День7 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** | |  | |  |
| 1.Творож. рис. зап. | 200 | 417.88 | 1.Икра кабач. | | 40 | | 34,10 |
| 2.Яйцо | шт | 107 | 2.Суп овощ.на к/б | | 200 | | 83,62 |
| 3.Чай | 200 | 30.32 | 3.Кура отв. | | 50 | | 241 |
|  |  |  | 4.Рожки отв. | | 100 | | 138.87 |
|  |  |  | 5.Напиток из шип. | | 200 | | 27.75 |
|  |  |  | 6.Хлеб | | 66 | | 86,88 |
| ***День 8 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** | |  | |  |
| 1.Котлета кур. | 50 | 286.77 | 1.Салат из св.пом.и ог | | 40 | | 105.30 |
| 2.Картоф. пюре | 150 | 125.67 | 2.Суп горох кур. | | 200 | | 121,58 |
| 3.Какао | 200 | 131 | 3.Тефтели гов. | | 50/30 | | 202,84 |
| 4.Хлеб рж. | 33 | 86.88 | 4.Греча | | 100 | | 114.68 |
|  |  |  | 5.Сок фр. | | 200 | | 68.40 |
|  |  |  | 6.Хлеб рж. | | 66 | | 86,88 |
| ***День 9 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** | |  | |  |
| 1.Гуляш кур. | 50 | 36.804 | 1.Огурец сол. | | 40 | | 2.8 |
| 2.Рис отв. | 150 | 132 | 2. Суп фасол. гов. | | 200 | | 111.9 |
| 3.Компот с/ф | 200 | 29.95 | 3.Печень по стр. | | 35/40 | | 189.13 |
| 4.Хлеб рж. | 33 | 86.88 | 4.Капуста тушеная | | 100 | | 95.20 |
|  |  |  | 5.Компот из кураги | | 200 | | 29.95 |
|  |  |  | 6.Хлеб рж. | | 66 | | 86.88 |
| ***День10 Завтрак*** |  |  | ***Обед*** | |  | |  |
| 1.Омлет | 150 | 268.07 | 1.Салат из св. с гор. | | 40 | | 69.75 |
| 2. Зелен. горош. | 40 | 24 | 2.Суп карт. С фрикад. | | 200 | | 131.55 |
| 3.Чай | 200 | 30.32 | 3.Котлета кур. | | 50 | | 286.77 |
| 4.Хлеб рж. | 33 | 86.88 | 4.Картофельное пюре | | 130 | | 125.67 |
|  |  |  | 5.Кисель | | 200 | | 30.742 |
|  |  |  | 6.Хлеб рж. | | 66 | | 86.88 |