

Утверждаю: *Алексеева*



Примерное двенадцатидневное меню МБОУ НСОШ (интернат)

Первая неделя

№	понедельник	Выход,гр	№	Вторник	Выход,гр	№	Среда	Выход
<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>		
1	Каша рисовая	200	1	Каша пшеничная	200	1	Каша дружба	200
2	Какао с молоком	200	2	Чай с/с	200	2	Чай с/с	200
3	Хлеб пшеничный	90	3	Хлеб пшеничный	90	3	Хлеб пшеничный	90
4	Масло слив.	10	4	Масло слив.	10	4	Масло слив.	10
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
1	Суп домашний	200	1	Суп куриный	200	1	борщ	200
2	Гов.туш с гречкой	180	2	Макароны по флотски	180	2	Рис с котлетой	180
3	Подлив	30	3	Салат из свеклы и зелен.горошка	100	3	Морс брусничный «С» вит	200
4	Компот из с/фр с «С» вит	200	4	кисель с «С» вит	200	4	Салат из св.овощей	100
5	Хлеб пшеничный	90	5	Хлеб пшеничный	90	5	хлеб	90
6	Салат из свежей капусты	100				6	подлив	30
<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
1	Рыбный пирог	100	1	Сосиски в тесте	100	1	ватрушки	100
2	Чай с молоком	200	2	Молоко 3,2%	200	2	суorat	150
3	Йогурт питьевой	150				3	Чай с молоком	200
<b>Ужин</b>			<b>Ужин</b>			<b>Ужин</b>		
1	Запеканка	150	1	Плов	180	1	Окорочка отварная	80
2	Чай с молоком	200	2	Чай с молоком	200	2	Макароны отварные	100
3	Хлеб пшеничный	90	3	Хлеб пшеничный	90	3	Хлеб пшеничный	90
4	Масло сливочное	10	4	Масло слив.	10	4	Масло слив.	10
5	конфеты	25	5	варенье	30	5	вафли	25
						6	Чай с молоком	200
№	<b>Четверг</b>	<b>Выход,гр</b>	№	<b>Пятница</b>	<b>Выход,гр</b>	№	<b>Суббота</b>	<b>Выход</b>
<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>			<b>Завтрак</b>		
1	Каша манная	200	1	Каша рисовая	200	1	Каша манная	200
2	Какао с молоком	200	2	Чай с/с	200	2	Чай с/с	200
3	Хлеб пшеничный	90	3	Хлеб пшеничный	90	3	Хлеб пшеничный	90
4	Масло слив.	10	4	Масло слив.	10	4	Масло слив.	10
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
1	Суп с пельменем	200	1	Уха из сайры	200	1	Суп гороховый	200
2	Карт.пюре с гуляшом	180	2	Макароны с окорочкой	180	2	Гуляш	60
3	подлив	30	3	Салат из помидоров	100	3	Рис отварной	100
4	Салат морковный	100	4	кисель с «С» вит	200	4	Подлив	30
5	Хлеб пшеничный	90	5	Хлеб пшеничный	90	5	Салат винегрет	100
6	Нат.сок «С» вит	200	6	подлив	30	6	Морс брусн. «С» витамином	200
						7	хлеб	90
<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>			<b>Полдник</b>		
1	Пирожки с мясом	100	1	Рогалики с повидлой	100	1	Булочки с маком	100
2	молоко	200	2	Персиковый компот	150	2	Чай с молоком	
<b>Ужин</b>			<b>Ужин</b>			<b>Ужин</b>		
1	тефтели	80	1	жаркое	180	1	гуляш	60
2	Рис отварной	100	2	Чай с молоком	200	2	Гречка отварная	100
3	подлив	30	3	Масло сливочное	30	3	Чай с молоком	200
4	Масло слив.	10	4	хлеб	90	4	подлив	30
5	печенье	25	5	пряники	25	5	конфеты	25
6	Чай с молоком	200				6	Хлеб пшеничный	90
7	Хлеб пшеничный	90						