

СОГЛАСОВАНО:

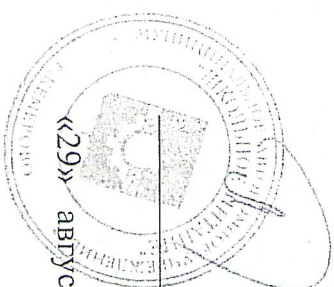
УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУ «Школьное питание»

_____ (Ф.И.О.)

_____ А.Ю. Панькова

« ____ » _____ 2023 г.

«29» августа 2023 г.



**Примерное
20-дневное меню обедов
для обучающихся 1-4-х классов
Возрастная группа: с 7-11 лет
Сезон: осенний
Вариант № 2**

Разработано:

Главный технолог
МАУ «Школьное питание»
_____ С.Ю. Хохлова

Разработано по заказу министерства образования и науки Кузбасса
Август 2023г.

Разработано по заказу
Министерства образования
Курдасса

ПРИМЕРНОЕ 20-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ ВАРИАНТ № 2 для обучающихся 1-4 классов
Сентябрь – октябрь 2022г
без салатов

III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Горошек консервированный	60	Фрукты в асортименте	150
Суп картофельный с фасолью	200	Суп картофельный с мясом	200
Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	Филе птицы тушеное с морковью, томатная паста, оignons (филе птицы, лук, фасоль и овощами)	90
Каша гречневая рассычатая с маслом	150	Каша перловая рассычатая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	Хлеб пшеничный/ржаной	30/25
Компот из сухофруктов	200	Ваниток плодово – ягодный витаминизированный	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Фрукты в асортименте (яблоко)	150	Орехи порционные	60
Борщ с мясом и сметаной	200	Суп томатный с курицей, фасолью и овощами	200
Запеканка куриная под сырной шапкой NEW / курица	90	20,17/20,31/2,09/27,4,0	150/7
Запеченная курица с сыром	95	23,4/16,34/0,57/24,3,58	240
Салатки отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/22,3,65	45/40
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,1/8,8/48	
Компот из смеси фруктов и ягод	200	0,26/0/15,4/6/62	200
СРЕДА		СРЕДА	
Помидоры порционные	60	Фрукты в асортименте	100
Шницель с мясом и сметаной	200	Борщ с мясом и сметаной	200
Рыба под соусом сливочным с зеленью	90	12,0/8,8/8,8/4/138,04	200
Картофельное пюре с маслом / зеленью	150	3,3/7,8/22,35/173,1	150
Картофель отварной с зеленью	150	3,8/0,4/24,6/117,5	50/45
Хлеб пшеничный/ржаной	50/45	2,97/0,5/18,09/89,1	
Сок фруктовый	200	0/0/19,6/78	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Фрукты в асортименте (слива)	100	0,8/0,3/9,6/49	100
Суп картофельный с макарунами NEW	200	5,5/14,83/14,7/123,38	200
Суп картофельный с рисом в сливочном соусе NEW/ зеленью	90	14,2/13,68/4,17/198,05	90
Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/2,25/186,45	150
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,13/0,2/13,26/72	
Отвар из шиповника	200	0,8/0,24/6/101,2	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Маринад из моркови	60	1,2/4,2/6,18/67,92	60
Суп гороховый с мясом	200	5,7/4,8/78,8/74/138,04	200
Выпечка из птицы/Филе птицы запеченное с помидорами	90	16,56/14,22/1,7/240,93	90
Картофель запеченный	150	3,15/4,5/17,55/122,85	150
Картофельное пюре, фасоль, морковь, лук/	100/50	Сложный гарнир №1	
Хлеб пшеничный/ржаной	45/30	3,19/0,31/19,89/108/1,71/0,33/1,16/54,39	
Чай с сахаром	200	0,2/0,1/44,8	
Чай с сахаром	200	0,2/0,1/44,8	