

Утверждаю:

Директор ИОУ ООШ «Радуга»

Айгунов В.Л.

«1» августа 2023г.

Утверждено:

Заведующая кафе «Семья»

Уразакеева А.Ш

«1» августа 2023г.

Меню школы «Радуга» (завтраки и обеды) на 5 дней.

Дни недели	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница					
	м	б	м	б	м	б	м	б	м	б				
Завтрак	Пшеничная каша	200г	250г	Омлет натуральный	120г	150г	Каша геркулесовая молочная	200г	250г	Булочка	100г	Колбаски детские (сосиски)	49г	98г
	Хлеб	40г	50г	Чай с лимоном	200г	200г	Хлеб	40г	50г	Сливочное масло	10г	Капуста тушеная	150г	200г
	Сливочное масло	10г	10г	пшеничный	40г	50г	Сливочное масло	10г	10г	Яблоко	50г	Хлеб пшеничный или зерновой	40г	50г
	Сладкий чай	200г	200г				Сладкий чай	200г	200г	Сладкий чай	200г	Сладкий чай	200г	200г
Обед	Салат из помидоров и огурцов	100г	100г	Салат из огурцов	100г	100г	Салат из капусты и моркови	100г	100г	Салат морковный	100г	Салат капустный	100г	100г
	Борщ с картофелем и капустой	250г	300г	Суп с макаронными изделиями и бульоне из птицы	250г	300г	Суп чечевичный М/Б	250г	300г	Рассольник с перловкой	250г	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250г	300г
	Отварной рис с говяжьей и овощами	220г	300г	Птица отварная	100г	120г	Тефтели из говядины	80г	100г	Куриный гуляш в томатном соусе	150г	Печень тушеная в сметане	100г	100г
	Хлеб пшеничный	20г	30г	Овощи тушеные	150г	200г	Картофельное пюре	150г	200г	Хлеб пшеничный	80г	Отварной рис	150г	200г
	Хлеб пшенично-ржаной	40г	60г	Хлеб пшеничный	20г	30г	Хлеб пшеничный	20г	30г	Хлеб пшенично-ржаной	20г	Хлеб пшенично-ржаной	40г	60г
	Сок фруктовый	200г	200г	Компот из ягод	200г	200г	Хлеб зерновой	200г	200г	пшенично-ржаной	40г	Компот из кураги	200г	200г

М – дети возраста от 7 до 11 лет

Б – дети возраста от 11 до 15 лет

Утверждаю: Директор НОУ ООШ «Радуга» Айгунов В.Л. «1» сентября 2023г.

Утверждаю: Заведующая кафе «Семья» Уразаева А.Ш. «1» сентября 2023г.

Меню школы «Радуга» (завтраки и обеды) на 5 дней.

Дни недели	Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница				
	м	б		м	б		м	б		м	б		м	б			
Завтрак	Банан Хлеб пшеничный Сыр Чай сладкий	120 г	150 г	Каша вязкая на молоке (из овсяных хлопьев) Хлеб пшеничный Сливочное масло Чай с лимоном и сахаром	200г	250 г	Пирожок с картошкой Кисломолочный продукт (ряженка, кефир, простокваша) Чай с лимоном и сахаром	150г	150г	Каша из пшена и риса молочная Хлеб пшеничный или зерновой Сыр порциями Какао	200г	250г	Макароны запеченные с сыром Хлеб пшеничный или зерновой Кофейный напиток на молоке	200г	200 г		
		40г	60г		40г	50г		40г	50г								
		29г	20г		10 г	125г		125г	30г								
		200 г	200 г		200г	200г		200г	200г								
Обед	Салат свекольный Суп лапша на курином бульоне Гречка Мясо тушенное Соус томатный Хлеб пшеничный Сок фруктовый	100 г	100 г	Салат морковный с изюмом Суп вермишелевый на курином бульоне Птица отварная Пюре Хлеб пшеничный Хлеб пшенично-ржаной Компот из кураги	100г	100 г	Салат из огурцов Щи вегетарианские со сметаной Картофель отварной Котлеты рыбные Соус томатный Компот из ягод	100г	100г	Салат капустный Тефтели из говядины с картошкой Хлеб пшеничный Хлеб пшенично-ржаной Компот из кураги	100г	100г	Салат из помидоров Суп гороховый на мясном бульоне Бефстрогано в их отварного мяса Идзелия макаронные отварные Хлеб пшеничный или зерновой Хлеб пшенично-ржаной Сок овощной	100г	100 г		
		250 г	300 г		250г	300г		250г	300г								
		150 г	200 г		150г	200г		20г	30г		80г	100г		30г	60г		
		80г	100 г		80г	100г		40г	200г		150г	200 г		30г	60г		
		30г	50г		30г	50г		20г	200г		150г	200 г		20г	30г		
		20г	30г		20г	30г		200г	200г		20г	30г		40г	60г		
		200 г	200 г		200г	200г		200г	200г		200г	200г		200г	200 г		