|  |
| --- |
|  ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 классов  |
|  **№ рецептур**  | **Наименование блюд** | **Масса порции, г** |
|
| **Неделя: первая** |
| **1-день**  |
| **14М** | масло сливочное | 10 |
| **15М** | сыр порционный | 20 |
| **120М** | суп молочный с макаронными изделиями | 200 |
| **376М** | Чай с сахаром | 200/15 |
|  | хлеб пшеничный | 40 |
|  | фрукты\* | 150 |
| **2-день**  |
| **211М** | омлет с сыром  | 150  |
| **С** | овощная закуска | 60 |
| **378М** | чай с молоком | 200 |
|  | кондитерское изделие | 30 |
|   | хлеб пшеничный | 40 |
| **3-день** |
| **278М** | тефтели из говядины | 80/66 |
| **125М** | картофель отварной  | 150  |
| **С/71М** | овощи свежие \*\* | 60 |
| **377М** | отвар из шиповника(чай с лимоном 1 вариант) | 200 |
|  | батон йодированный  | 20  |
|  | зефир | 10 |
| **4-день** |
| **15М** | сыр порционный | 15 |
| **222М** | пудинг из творога запеченный/со сгущённым молоком | 140 |
| **382М** | какао напиток на молоке | 200 |
|  | хлеб пшеничный | 40 |
|  | фрукты\* | 150 |
| **5-день** |
| **260М** | гуляш из говядины | 80/80 |
| **312М** | картофельное пюре | 150 |
| **С/71М** | овощи свежие \*\* | 60 |
| **377М** | чай с лимоном | 200 |
|  | хлеб пшеничный | 40 |
|  | кондитерское изделие | 30 |
| **Неделя: вторая** |
| **6-день**  |
| **239М** | тефтели рыбные | 80/48 |
| **171М** | **каша пшеничная** | 150 |
| **С/71М** | овощи свежие \*\* | 60 |
| **382М** | какао напиток на молоке | 200 |
|  | хлеб пшеничный | 40 |
|  | пастила  | 15 |
| **7-день**  |
| **224М** | Запеканка из творога с морковью/со сгущённым молоком | 140 |
| **376М** | Чай с сахаром | 200/15 |
|  | хлеб пшеничный | 40 |
|  | фрукты\* | 150 |
| **8-день**  |
| **255М** | печень по-строгановски | 80/80 |
| **304М** | рис отварной | 150 |
| **С/71М** | овощи свежие \*\* | 60 |
| **379М** | кофейный напиток с молоком | 200 |
|  | хлеб пшеничный | 40 |
|  | кондитерское изделие | 30 |
| **9-день**  |
| **295М** | Котлеты рубленные из бройлер - цыплят с соусом сметанным  | 80/48 |
| **203 М** | макаронные изделия отварные | 150 |
| **С/71М** | овощи свежие \*\* | 60 |
| **378М** | чай с молоком | 200 |
|  | батон йодированный  | 20  |
|  | пастила  | 15 |
|  **10-день**  |
| **14М** | масло сливочное | 10 |
| **15М** | сыр порционный | 15 |
| **175М** | каша вязкая молочная из риса и пшена | 200/5 |
| **376М** | Чай с сахаром | 200/15 |
|  | хлеб пшеничный | 40 |
|  | фрукты \* | 150 |