

Основное меню на 10 дней
МБОУ СОШ № 2 для детей 7-11 лет

Дни	ЗАВТРАК	ОБЕД	ПОЛДНИК
1 день	Фрукт свежий Овощи натуральные свежие (помидор) Рыба запеченная Картофельное пюре с маслом сливочным Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат овощной Рассольник "Ленинградский" Рожки отварные с маслом слив. Курица в соусе Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Кондитерское изделие
2 день	Фрукт свежий Салат из свеклы с соевым огурцом Плов из отварной говядины Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Овощи натур. свежие огурец Суп с макарон. изделиями и картофелем Биточки куриные Гречка рассыпчатая Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Кондитерское изделие
3 день	Фрукт свежий Овощи натуральные свежие помидор Каша "Дружба" Омлет натуральный Компот из свежих фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Винегрет овощной Щи из свежей капусты Мясная котлета рубленая Вермишель отварная со сливочным маслом Компот ассорти Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Мучное кулинарное изделие
4 день	Фрукт свежий Горошек зеленый Фрикадельки из куриного мяса Рис отварной со сл/масл. Сок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Овощи натуральные свежие помидор Суп горох. Макароны отварные со сливочным маслом Оладьи из печени Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Мучное кулинарное изделие

5 день	Фрукт свежий Овощи натуральные свежие огурец Каша манная Яйцо Какао Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свеклы с яблоком Борщ Куры отварные Гречка рассыпчатая Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Кондитерское изделие
--------	---	--	----------------------

Дни	ЗАВТРАК	ОБЕД	ПОЛДНИК
6 день	Фрукт свежий Салат из белокочанной капусты с морковью Биточек куриный Макароны отварные со сл/маслом Кофейный напиток Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Винегрет овощной Суп с макаронными издели- ями и картофелем Картофель по-домашнему Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Мучное кулинарное изделие
7 день	Фрукт свежий Овощи натуральные све- жие огурец Куры в соусе Рис с маслом слив. Какао с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свеклы с соленным огурцом Суп рыбный Картофельное пюре со сл. маслом печень по Строгановски Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Мучное кулинарное изделие
8 день	Фрукт свежий Овощи натуральные све- жие (помидор) Запеканка творожная Яйцо вареное Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из капусты Рассольник Ленинградский Котлета рыбная Вермишель отварная с мас- лом слив. Компот из яблок Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Кондитерское изделие
9 день	Фрукт свежий Овощи натуральные све- жие (огурец) Оладьи из печени Рожки отварн. с м/слив Какао Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Винегрет овощной Щи из свежей капусты Биточки куриные Рис отварной с м/слив Чай с лимоном Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Мучное кулинарное изделие
10 день	Фрукт свежий Овощи натуральные све- жие. (помидор) Каша рисовая молочная Бутерброд с сыром Какао с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из капусты с морковью Суп гороховый Котлета мясная Картофель тушеный Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	Мучное кулинарное изделие

