

**Основное меню на 10 дней**  
**МБОУ СОШ № 2 для детей 11-17 лет**

Дни	ЗАВТРАК	ОБЕД
1 день	Овощи натуральные свежие (помидор) Рыба запеченная Картофельное пюре с маслом сливочным Чай с лимоном Хлеб ржаной	Салат из свеклы с зеленым горошком Рассольник "Ленинградский" Рожки отварные с маслом слив. Курица в соусе Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
2 день	Салат из свеклы с соленым огурцом Плов из отварной говядины Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	Овощи натур. свежие огурец Суп с макарон. изделиями и картофелем Биточки куриные Гречка рассыпчатая Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
3 день	Овощи натуральные свежие (помидор) Каша "Дружба" Омлет натуральный Компот из свежих фруктов Хлеб пшеничный	Винегрет овощной Щи из свежей капусты Мясная котлета Вермишель отвар. со слив/маслом Компот ассорти Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
4 день	Горошек зеленый Биточки мясные Рис отварной со сл/масл. Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	Овощи натур. свежий огурец Суп гороховый Макароны отварные с маслом слив. Оладьи из печени Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
5 день	Овощи натуральные свежие (помидор) Каша манная Яйцо Компот из апельсинов. Хлеб пшеничный	Салат из свеклы с яблоком Борщ Куры отварные Гречка рассыпчатая Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный

Дни	ЗАВТРАК	ОБЕД
6 день	Салат из белокочанной капусты Биточек куриный Макаронные отварные со сл/маслом Компот из свеж. фруктов Хлеб ржаной	Винегрет Суп с макаронными изделиями Картофель по-домашнему Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
7 день	Икра кабачковая Куры в соусе Рис отварной с масл.слив. Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Овощи натур. свежие огурец Суп рыбный Картофельное пюре со слив. маслом Печень по Строгановски Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
8 день	Горошек зеленый Запеканка творожная Сыр Российский (порция) Чай Хлеб пшеничный	Салат из капусты с морковью Рассольник Ленинградский Котлета рыбная Вермишель отв. с маслом слив Компот ассорти Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
9 день	Овощи натуральные свежие (огурец) Оладьи из печени Рожки отварные с маслом слив. Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	Винегрет Щи из свежей капусты Биточки куриные Рис отварной с маслом слив. Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
10 день	Овощи натуральные свежие (помидор) Каша рисовая молочная Бутерброд с сыром Чай с лимоном Хлеб ржаной	Салат из капусты белокочанной с яблоком Суп гороховый Котлета мясная Картофель тушеный Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный