

**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 м/слив Чай с лимоном Хлеб ржаной	Салат из свеклы с зелёным горошком Рассольник Ленинградский Рожки отварные со слив. маслом Гуляш из отварной говядины Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
2 день	Салат из свеклы с огурцом Гуляш из куриного мяса Макароны отварные с м/слив Чай Хлеб ржаной	Овощи натуральные свежие (огурец) Суп-лапша Биточки куриные Рис отварной Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
3 день	Овощи натуральные свежие (огурец) Каша Дружба Омлет натуральный Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	Винегрет овощной Щи из свежей капусты Мясная котлета рубленая Вермишель с маслом/слив. Компот ассорти Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
4 день	Горошек зелёный Биточки мясные Рис отварной с м/слив Компот из яблок Хлеб ржаной	Овощи натуральные свежие (огурец) Суп гороховый Рожки отварные с м/слив Печень по-Строгановски Кисель Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
5 день	Овощи натуральные свежие(огурец) 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	Овощи натуральные свежие (помидор) Биточек куриный Рис отварной с м/слив. Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	Винегрет Суп картофельный с макаронными изделиями Картофель по-домашнему Чай Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
7 день	Икра кабачковая Сосиска Макароны отварные с м/слив. Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Овощи натуральные свежие (огурец) Суп рыбный Каша гречневая Куры отварные Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
8 день	Овощи натуральные свежие (помидор) Запеканка рисовая с творогом Сыр российский (порция) Компот ассорти Хлеб пшеничный	Капуста тушеная Суп гороховый Котлета рыбная Вермишель отварная Кисель Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
9 день	Салат из соленых огурцов с луком Оладьи из печени Рожки отварные с м/слив. Компот из свежих фруктов Хлеб ржаной	Винегрет овощной Щи из свежей капусты Котлеты куриные Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный
10 день	Овощи натуральные свежие (помидоры) Гречка рассыпчатая Колбаса Чай с лимоном Хлеб ржаной	Овощи натуральные свежие Рассольник Ленинградский Котлета мясная Картофель тушеный Кисель Хлеб ржаной Хлеб пшеничный