

Директор МОУ «Пушкарская СОШ» Сидельникова



Комплекс район (с 12 лет и старше)				
2 неделя с 11.03.2023-15.03.2024.				
6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак				
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом слив. 200/5	Запеканка из творога с повидлом 200/10	Каша "Дружба"200/5/5	Омлет паровой с мясом 200 /5 (свинина)	Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным 200/5
Пряники "Любимый" 40	Масло сливочное порц 10	Буженина порционно 30/	Огурец свежий 100	Масло шоколадное порц 10
Йогурт Фругис 100	Батон пектиновый 40	Сыр порционно 20		Батон пектиновый 30
Чай с сахаром 200/15	Какао с молоком 200	Батон пектиновый 40	Хлеб пшеничный 40	Чай с сахаром 200/15
	Фрукт (яблоко) 150	Чай с сахаром 200/15	Блинчик с начинкой из п/ф 60	Фрукт 150 (яблоко)
		Фрукт (яблоко) 150	Чай с сахаром и лимоном 200/7/15	
			Молоко пак 200	
Обед				
Огурец свежий 100/	Салат из капусты б/к с огурцом 100 /	Салат из помидоров с сыром 100 /	Салат из запеченой свеклы 100	Салат с красной консе.фасолью 60
Огурец соленый 100	Салат из капусты б/к 100	Салат из соленых огурцов с луком 100	Суп картофельный с мясными фрикадельками 250/20	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной 200/10
Суп картофельный с горохом 250/15 с сухариками (бульон)	Свекольник со сметаной 250/10	Суп лапша по-домашнему 250/10	Котлеты "Нежные"(окорок свиной)100	Фиш-кейк 90
Плов из свинины 100/180	Котлеты Особые 100	Наггетсы куриные 100	Макаронные изделия отварные 180	Пюре картофельное 150
Компот из смеси сухофруктов 200	Каша гречневая рассыпчатая 180	Картофель отварной с маслом сливочным 180/5// Картофель тушеный с овощами 180	Компот из смеси сухофруктов 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200
Хлеб пшеничный 40	Компот из свежих плодов (яблок) 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200	Фрукт (яблоко) 150	Хлеб пшеничный 40
Хлеб ржано-пшеничный 50	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб ржано-пшеничный 50
	Хлеб ржано-пшеничный 50	Хлеб ржано-пшеничный 50	Хлеб ржано-пшеничный 50	
Полдник				
Драники картофельные со сметаной 200/10	Омлет натуральный 200	Сэндвич Школьный 100	Оладьи со сметанным соусом 200/10	Блинчик с начинкой из п/ф 120
Компот из фруктов и ягод с/м 200	Хлеб пшеничный 40	Салат из моркови с яблоками 100	Кисель ягодный 200	Компот из свежих плодов (яблок) 200
	Чай с сахаром 200/15	Компот из смеси сухофруктов 200		

Согласовано
Директор

Сивомылова С.В.



Комплекс район (с 7-11 лет)				
2 неделя с 11.03.2023-15.03.2024.				
6 день	7 день	8 день		10 день
Завтрак				
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом слив. 150/5	Запеканка из творога с повидлом 150/10	Каша "Дружба" 150/5/5	Омлет паровой с мясом 150 /5 (свинина)	Каша жидкая молочная рисовая с маслом сливочным 150/5
Пряники "Любимый" 40	Масло сливочное порц 10	Буженина порционно 30/	Огурец свежий 60	Масло шоколадное порц 10
Йогурт Фрутис 100	Батон пектиновый 40	Сыр порционно 20	Хлеб пшеничный 30	Батон пектиновый 30
Чай с сахаром 200/15	Какао с молоком 200	Батон пектиновый 30	Блинчик с начинкой из п/ф 60	Чай с сахаром 200/15
	Фрукт (яблоко) 150	Чай с сахаром 200/15	Чай с сахаром и лимоном 200/7/15	Фрукт 150 (яблоко)
		Фрукт (яблоко) 150	Молоко пак 200	
Обед				
Огурец свежий 60/	Салат из капусты б/к с огурцом 60 /	Салат из помидоров с сыром 60 /	Салат из запеченой свеклы 60	Салат с красной консе. фасолью 60
Огурец соленный 60	Салат из капусты б/к 60	Салат из соленых огурцов с луком 60	Суп картофельный с мясными фрикадельками 200/20	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной 200/10
Суп картофельный с горохом 200/15 с сухариками (бульон)	Свекольник со сметаной 200/10	Суп лапша по-домашнему 200/10	Котлеты "Нежные"(окорок свиной) 90	Фиш-кейк 90
Плов из свинины 90/150	Котлеты Особые 90	Наггетсы куриные 90	Макаронные изделия отварные 150	Пюре картофельное 150
Компот из смеси сухофруктов 200	Каша гречневая рассыпчатая 150	Картофель отварной с маслом сливочным 150/5// Картофель тушенный с овощами 150	Компот из смеси сухофруктов 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200
Хлеб пшеничный 30	Компот из свежих плодов (яблок) 200	Компот из фруктов и ягод с/м 200	Фрукт (яблоко) 150	Хлеб пшеничный 30
Хлеб ржано-пшеничный 40	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб пшеничный 30	Хлеб ржано-пшеничный 40
	Хлеб ржано-пшеничный 40	Хлеб ржано-пшеничный 40	Хлеб ржано-пшеничный 40	
Полдник				
Драники картофельные со сметаной 150/10	Омлет натуральный 150	Сэндвич Школьный 100	Оладьи со сметанным соусом 150/10	Блинчик с начинкой из п/ф 120
Компот из фруктов и ягод с/м 200	Хлеб пшеничный 30	Салат из моркови с яблоками 60	Кисель ягодный 200	Компот из свежих плодов (яблок) 200
	Чай с сахаром 200/15	Компот из смеси сухофруктов 200		