

МЕНЮ
для школ Теньгушевского района
12-17 лет

1 День	2 День	3 День	4 День	5 День	6 День	7 День	8 День	9 День	10 День
Завтрак									
КАША "ДРУЖКА" 300	ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ 100	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 280	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКА С МАСЛОМ 300	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКА С ИЗЮМОМ 300	КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНАЯ ВЯЗКА С МАСЛОМ 300	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 300	КАША "ДРУЖКА" 300	КАША МАННАЯ ВЯЗКА С МАСЛОМ 200	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКА С МАСЛОМ 300
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	КОТЛЕТКА МЯСНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 80	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 75	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 75	ГОРЯЧИЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 65	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 155	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНОЕ ИЗДЕЛИЕ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КОФЕЙНОЕ ИЗДЕЛИЕ 30	КОФЕЙНОЕ ИЗДЕЛИЕ 40	КОФЕЙНОЕ ИЗДЕЛИЕ 40	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	КОФЕЙНОЕ ИЗДЕЛИЕ 40
Обед									
ТОМАТЫ ПОРЦИОННЫЕ 100	ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100	ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ 100	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ" 100	ПОМИДОРЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 100	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 100	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ" 100	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 100	ТОМАТЫ ПОРЦИОННЫЕ 100
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЬЯМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЬЯМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	СУП МЕЛЕРИЦА (КУДРЯВЬИ) 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 250
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 100	БИГОЧКИ РЫБНЫЕ 100	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 280	ЖАРКОЕ ПО-ДУМАШЕНМУ 280	БИГОЧКИ МЯСНЫЕ С МАСЛОМ 100	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 100	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 100	КОТЛЕТКА МЯСНАЯ 100	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ 280	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 100
МАКАРОНЬИЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	НАПИТОК АЛПЕРСИНОВЫЙ 200	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 180	МАКАРОНЬИЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	РИС ОТВАРНОЙ 180	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 180
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		СЕЗОННЫЙ ФРУКТ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	СЕЗОННЫЙ ФРУКТ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
	СОК ФРУКТОВЫЙ 200					СОК ФРУКТОВЫЙ 200			

МЕНЮ
для школ Теньгушевского района

7-12 лет

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША "ДРУЖБА" 245	ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ 80	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ 225	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ 250	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С КЕЮМОМ 250	КАША МАННАЯ ШОКОЛАДНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ 250	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 250	КАША "ДРУЖБА" 245	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ 150	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ 250
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	КОТЛЕТА МЯСНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 90	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 75	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 75	ГОРЯЧИЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 60	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ 150	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 65
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 25	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 35	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 40	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 40
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50								
Обед									
ТОМАТЫ ПОРЦИОННЫЕ 80	ОВОЩЕПЮРРЕ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 80	ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ 80	САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ" 80	ПОМИДОРЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 80	НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 80	ОВОЩЕПЮРРЕ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ 80	САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ" 80	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 80	ТОМАТЫ ПОРЦИОННЫЕ 80
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С СМЕТАНОЙ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	СУП МЕТЕЛЛИЦА (КУЛРЯВИЙ) 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 200
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 100	БИТОЧЕК РЫБНЫХ 90	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 250	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 250	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ С МАСЛОМ 90	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 100	ФЕТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ 100	КОТЛЕТА МЯСНАЯ 90	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ 250	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 90
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ 200	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150
СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	ПШЕНИЧНЫЙ 40	ПШЕНИЧНЫЙ 40	СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 200	ПШЕНИЧНЫЙ 40	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 200
ПШЕНИЧНЫЙ 40	ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ПШЕНИЧНЫЙ 40	ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
	СОК ФРУКТОВЫЙ 200		СЕЗОННЫЙ ФРУКТ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	СОК ФРУКТОВЫЙ 200	СЕЗОННЫЙ ФРУКТ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40