



УТВЕРЖДЕНА  
Директором  
МБОУ «СОШ с. Волоконовка»  
Туренко В.С.  
Приказ № 103 от «17» августа 2024 г

Перспективное десятидневное меню  
1 неделя

Завтрак	гр	Завтрак	гр.	Завтрак	гр.	Завтрак	гр.	Завтрак	гр.
Яйцо вареное	40/40	Каша рисовая с маслом сахаром	120/150	Суп манный молочный	180/250	Каша «Дружба»	160/200	Суп вермишелевый молочный	120/200
Икра кабачковая	45/60	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Какао с молоком	150/180	Коф. напиток с молоком	150/180
Чай с сахаром	150/180	Батон с маслом	5/30 5/30	Батон с маслом	5/30 5/30	Батон с маслом	5/30 5/30	Батон с маслом	5/30 5/30
Батон с маслом	5/30 5/30					Батон	30/30	Батон	30/30
<b>2й завтрак</b>		<b>2й завтрак</b>		<b>2й завтрак</b>		<b>2й завтрак</b>		<b>2й завтрак</b>	
Сок	80/80	Яблоки	100/100	Сок	80/80	Сок	50/50	Сок	50/50
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Нарезка из огурцов	45/60	Овощная нарезка из помидор/свеклы	45/60	Салат из капусты	45/60	Нарезка из огурцов	45/60	Овощная нарезка	45/60
Щи из свежей капусты	200/250	Борщ со сметаной	150/4 200/5	Суп картофельный с вермишелью	200/250	Суп картофельный с горохом	150/250	Суп картофельный	150/250
Гуляш из отварного мяса	60/60 60/60	Картофельная запеканка с мясом	135/190	Плов из птицы	160/210	Биточки рубленые мясные	70/80	Голубцы ленивые	120/160
Каша пшенная	100/150	Кисель	150/180	Компот из сухофруктов	150/180	Овощное рагу	130/180	Соус сметанный с томатом и луком	30/50
Компот из сухофруктов	150/180	Хлеб	40/50	Хлеб	40/50	Кисель	150/180	Компот из сухофруктов	150/180
Хлеб	40/50					Хлеб	40/50	Хлеб	40/50
<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	

Котлета рыбная	60/80	Вареники ленивые	90/120	Сырники творожные	70/80	Ватрушка с повидлом	50/70	Сдоба обыкновенная (сгущённым молоком)	50/70
	45/60	Соус сметанный сладкий	30/50	Соус сметанный сладкий	30/50	Кефир	150/150	Какао с молоком	150/180
Коф. напиток	150/180	Кефир	150/150	Кефир	150/150				
Батон	30/30	Батон	30/30	Батон	30/30				

**2 неделя**

<b>Завтрак</b>	<b>гр</b>	<b>Завтрак</b>	<b>гр.</b>	<b>Завтрак</b>	<b>гр.</b>	<b>Завтрак</b>	<b>гр.</b>	<b>Завтрак</b>	<b>гр.</b>
Каша гречневая вязкая с маслом и сахаром	120/150	Макароны отварные с маслом и сахаром	120/180	Суп манный молочный	180/250	Каша пшеничная молочная	150/200	Каша овсяная молочная	180/250
Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром и лимоном	150/180	Коф. напиток с молоком	150/180
Батон с маслом	5/30 5/30	Батон с маслом	5/30 5/30	Батон с маслом и сыром	5/15/30 5/10/30	Батон с маслом	5/30 5/30	Батон с маслом и сыром	5/15/30 5/10/30
				Печенье	50/50			Пряник	50/50
<b>2й завтрак</b>		<b>2й завтрак</b>		<b>2й завтрак</b>		<b>2й завтрак</b>		<b>2й завтрак</b>	
Сок	50/50	Сок	50/50	Яблоки	100/100	Сок	50/50	Сок	50/50
<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>		<b>Обед</b>	
Салат из капусты	45/60	Нарезка из огурцов	45/60	Салат из капусты	45/60	Овощная нарезка из помидор/свеклы	45/60	Салат из огурцов	45/60
Суп картофельный с рыбными консервами	180/20 225/25	Суп картофельный с клецками	150/250	Суп крестьянский с яйцом	150/250	Рассольник Ленинградский	150/250	Суп полевой	150/250
Котлета мясная	70/80	Плов из птицы		Шницель рыбный	160/210	Оладьи из печени	50/50	Картофель тушеный с мясом	150/220
Макароны отварные	100/150	Компот из сухофруктов	150/180	Капуста тушеная	180/200	Каша вязкая перловая	100/150	Компот из сухофруктов	150/180
Компот из сухофруктов	150/180			Компот из сухофруктов	150/180	Соус сметанный с томатом и луком	30/50	Хлеб	40/50
Хлеб	40/50	Хлеб	40/50	Хлеб	40/50	Компот из сухофруктов	150/180		
						Хлеб	40/50		

<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>		<b>Полдник</b>	
Яйцо вареное	40/40	Вареники ленивые	90/120	Запеканка творожная	50/100	Омлет натуральный	40/40	Ватрушка с повидлом	50/70
Икра кабачковая	45/60	Соус сметанный сладкий	30/50	Соус сметанный сладкий	30/50	Икра кабачковая	45/60	Кефир	150/150
Чай с сахаром	150/180	Какао с молоком	150/180	Кефир	150/150	Чай с сахаром	150/180	Батон	30/30
Батон	30/30	Батон	30/30	Батон	30/30	Батон	30/30		
		Пряник	50/50						