



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ СОШ № 5 г. Гязи

Н.А. Черешнева

**Примерное двухнедельное меню
МБОУ СОШ № 5 г. Гязи
на 2 полугодие 2020-2021 учебного года**

1 неделя

Понедельник

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	100/5	7-61
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	4-10
Булочка сдобная с кальцием	1/50	5-50
Чай с лимоном и сахаром	200/15/10	2-79
ИТОГО		20-00
Обед		
Салат из свежей капусты с огурцом	60	4-05
Суп рассольник «Ленинградский»	250	4-59
Колбаса отварная «Докторская»	50 гр.	10-50
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	100/5	5-39
Хлеб «Лимак»	60 гр.	2-33
Компот из сухофруктов с вит «С»	200 0,25	3-84
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

Вторник

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным	100/5	7-06
Бутерброд с вареной колбасой	50/25	8-78
Кофейный напиток на молоке	200	4-16
ИТОГО		20-00
Обед		
Огурец свежий порционный	30	2-24
Борщ с капустой и картофелем	250	4-61
Рыба припущенная с овощами	40	13-25
Рис отварной с маслом сливочным	100/5	5-02
Хлеб «Лима»	60 гр.	2-33
Кисель «Ягодный» с витамином «С»	200	3-25
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

Среда

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Макаронные изделия запеченные с сыром и маслом сливочным	150/20/5	13-11
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	4-10
Чай с лимоном и сахаром	200/15/10	2-79
ИТОГО		20-00
Обед		
Салат из моркови и яблок	60	2-72
Суп гороховый с картофелем	250	3-82
Гуляш с мясом говядины	15/20	14-89
Каша гречневая с маслом сливочным	100	3-70

Хлеб «Лимак»	60 гр.	2-33
Компот из сухофруктов с витамином «С»	200	3-24
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

Четверг

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Запеканка из творога с повидлом	70/10	16-75
Кисель «Ягодный» с витамином «С»	200	3-25
ИТОГО		20-00
Обед		
Салат из свеклы и зеленого горошка	60	4-78
Щи из свежей капусты	250	4-10
Цыплята отварные порц.	45	11-31
Вермишель отварной с маслом сливочным	100/5	5-09
Хлеб «Лимак»	60 гр.	2-33
Компот из свежих фруктов	200	3-09
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

Пятница

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Каша манная молочная с маслом сливочным	100/5	8-37
Бутерброд с сыром «Российский»	30/15	7-47
Кофейный напиток на молоке	200	4-16
ИТОГО		20-00
Обед		
Огурец свежий порционный	25	1-82
Суп картофельный рисовый	250	3-64

Котлета говяжья	50 гр.	15-43
Рагу из овощей	125	4-24
Хлеб «Лима»	60 гр.	2-33
Компот из сухофруктов с витамином «С»	200	3-24
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

2 неделя

Понедельник

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	100/5	5-72
Бутерброд с вареной колбасой	45/20	7-91
Булочка сдобная с кальцием	1/50	5-50
Чай с сахаром	200/15	0-87
ИТОГО		20-00
Обед		
Свекла отварная порционная	30	1-04
Суп из овощей	250	3-49
Говядина отварная порционная	20 гр.	17-59
Плов с рисом	100	3-23
Хлеб «Лима»	60 гр.	2-33
Компот из свежих фруктов с витамином «С»	200 0,25	3-09
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

Вторник

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Омлет натуральный	150	11-75
Бутерброд с маслом сливочным	30/8	5-46

Чай с лимоном и сахаром	200/15/10	2-79
ИТОГО		20-00
Обед		
Салат из свежей капусты с морковью	60	4-05
Рассольник «Ленинградский»	250	4-59
Колбаса отварная «Докторская»	35	7-78
Картофельное пюре	150	8-86
Хлеб «Лима»	60 гр.	2-33
Компот из сухофруктов с витамином «С»	200	3-09
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

Среда

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Каша манная с маслом сливочным	100/5	8-37
Бутерброд с сыром «Российским»	30/15	7-47
Печенье «Сахарное»	15	1-37
Чай с лимоном и сахаром	200/15/10	2-79
ИТОГО		20-00
Обед		
Салат из свеклы и зеленого горошка	60	4-78
Суп вермишелевый с картофелем на курином бульоне	250	3-68
Цыплята отварные порционные	50	11-90
Рис отварной с маслом сливочным	100/5	4-92
Хлеб «Лима»	60 гр.	2-33
Компот из свежих фруктов с витамином «С»	200	3-09
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

Четверг

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Каша пшеничная с маслом сливочным	120/05	8-34
Булочка сдобная с кальцием	1/50	5-50
Какао на молоке	200	6-16
ИТОГО		20-00
Обед		
Огурец, помидор свежий порционный	20/20	3-78
Суп гороховый с картофелем	250	3-82
Тефтели с соусом	50/20	15-30
Капуста тушеная	100	4-60
Хлеб «Лимак»	60 гр.	2-33
Чай с сахаром с витамином «С»	200	0-87
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70

Пятница

Наименование	Выход	Цена
Завтрак		
Рисовая запеканка с творогом	90	17-21
Чай с лимоном и сахаром	200/15/10	2-79
ИТОГО		20-00
Обед		
Салат из моркови	60	1-51
Борщ с капустой и картофелем	250	4-61
Каша гречневая с маслом сливочным	100	3-70
Бефстроганов из мяса говядины	15/20	15-30
Хлеб «Лимак»	60 гр.	2-33
Кисель ягодный с витамином «С»	200	3-25
ИТОГО		30-70

ИТОГ: 50-70