



**ПРИМЕРНОЕ 20-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ № 2 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
Сентябрь - октябрь 2020 г.**

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Огурцы порционные	60	Помидоры порционные	60
Щи с мясом и сметаной	200	Суп из овощей с пшеном с мясом	200
Сосиска отварная	100	Плов с курицей	200
Рис с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Компот из клубники	200
Компот яблочно - смородиновый	200		
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Маринад из моркови	60	Икра свекольная	60
Суп гороховый с мясом	200	Суп куриный с вермишелью	200
Котлета мясная с тыквой (говядина, курица, тыква, лук)	80	Печень тушеная в сметанном соусе	80/30
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Картофельное пюре с маслом / Картофель запеченный	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Кисель плодово – ягодный витаминизированный (яблочно-облепиховый)	200	Компот из смородины и сливы	200
СРЕДА		СРЕДА	
Яйцо отварное с соусом	50/10	Яйцо отварное с соусом	50/10
Борщ с мясом и сметаной	200	Суп картофельный с фасолью	200
Гуляш (свинина)	80/30	Курица запеченная	80
Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из вишни	200	Компот из кизила	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Суп рыбный с крупой (сайра)	200	Огурцы порционные	60
Фрикадельки мясные с рисовой крупой (свинина, курица, лук, рис, морковь)	80	Свекольник с мясом и сметаной	200
Спагетти отварные с маслом	150	Биточек из рыбы Бриз (минтай, лук, морковь)	80
Фрукт (яблоко)	150	Рис с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Сок фруктовый (зеленое яблоко)	200	Напиток витаминизированный плодово – ягодный (клюквенный)	200
ПЯТНИЦА			
Икра свекольная	60	Суп – пюре из овощей с гренками / Суп овощной с гренками	200/10
Суп куриный с рисом	200	Мясо тушеное (свинина)	80/30
Рыба запеченная со сметаной и зеленью (минтай)	80	Макароны отварные с маслом	150
Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Фрукт (груша)	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из сухофруктов	200	Компот из кураги	200
III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Помидоры порционные	60	Помидоры порционные	60
Суп картофельный с мясом	200	Солянка овощная	200
Сарделька отварная	100	Филе птицы запеченное с помидорами	80
Спагетти отварные с маслом	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из клубники и алычи	200	Компот из яблок и жимолости	200
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Яйцо отварное с соусом	50/10	Маринад из моркови	60
Борщ с мясом и сметаной	200	Суп куриный с рисом и томатом	200
Курица запеченная с сыром	85	Жаркое с мясом (свинина)	200
Рис с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Сок фруктовый (персиковый)	200
Отвар из шиповника	200		
СРЕДА		СРЕДА	
Огурцы порционные	60	Яйцо отварное с соусом	50/10
Суп гороховый с мясом	200	Суп – пюре из тыквы с гренками / Суп из тыквы с гренками	200/10
Рыба тушеная с овощами (минтай)	80/30	Котлета из птицы Ряба	80
Картофельное пюре с маслом / Картофель отварной с маслом и зеленью	150	Макароны отварные с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Сок фруктовый (мультифруктовый)	200	Компот из чернослива и сухофруктов	200
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Маринад из моркови	60	Икра свекольная	60
Уха с рыбой (горбуша)	200	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
Котлета мясная Деликатесная (свинина, курица)	80	Рыба запеченная по – сибирски (минтай, соус молочный)	80
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Рис с маслом	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
Компот из смородины	200	Компот из красной смородины	200
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Суп куриный с вермишелью	200	Рассольник с мясом и сметаной	200
Мясо тушеное с картофелем (свинина)	200	Биточек мясной Пионерский (говядина, курица)	80
Фрукт (слива)	100	Картофельное пюре с маслом / Картофель запеченный	150
Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	Фрукт (виноград)	100
Кисель плодово – ягодный витаминизированный (черносмородиновый)	200	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25
		Компот из черноплодной рябины	200