

Утверждаю:



Директор школы Н.И.Костина

Десятидневное меню 1-4 класс

10.02.2025

			граммы
Обед		1. Суп овощной с говядиной 2. Макароны с гуляшом из мяса птицы 3. Салат калустный 4. Какао 5. Бутерброд с маслом  6. Хлеб ржаной 7. Яблоко 8. Печенье	250/6 150/90 100 200 38/10  63 100/20

11.02.2025

			граммы
Обед		1. Суп лапша с мясом 2. Рис с тушеной рыбой в томате с овощами 3. Икра свекольная 4. Чай с сахаром и лимоном 5. Хлеб белый, ржаной.  6. Печенье. 7. Яблоко.	250  150/10/90/50 100 200 38/63  20/100

12.02.2025

			граммы
Обед		1. Суп гороховый с говядиной 2. Плов из курицы 3. Салат морковный 4. Компот 5. Бутерброд с маслом 6. Хлеб ржаной 7. Печенье. 8. Яблоко	6/250 50/125 60 200 38/10 63/20/100



19.02.2025

			граммы
	Обед	1. Суп из овощей 2. Макароны с поджаркой из говядины 3. Салат морковный 4. Компот 5. Хлеб белый, ржаной. 6. Печенье 7. Яблоко.	250 150/100, 60 200 38/63 20/100

20.02.2025

			граммы
	Обед	1. Борщ с говядиной 2. Омлет натуральный. 3. Икра свекольная 4. Чай с сахаром и лимоном 5. Бутерброд с маслом. 6. Хлеб ржаной 7. Печенье 7. Яблоко.	6/250 100 100 200 38/10 63/20 100

21.02.2025

			граммы
	Обед	1. Суп рыбный (пшено) 2. Макароны с гуляшом из мяса птицы 3. Салат (морковь, яблоко) 4. Чай с сахаром и лимоном 5. Бутерброд с маслом 6. Хлеб ржаной 7. Печенье. Яблоко.	250 150/90 100 200 38/10 63/20/100



13.02.2025

		граммы
Обед	1. Суп из овощей с говядиной 2. Пюре картофельное с печенью по строгановски. 3. Салат капустный 4. Чай с сахаром и лимоном 5. Бутерброд с маслом 6. Хлеб ржаной. 7. Печенье. 8. Яблоко.	6/250 150/90/30 100 200 38/10 63/20/100

14.02.2025

		граммы
Обед	1. Щи из свежей капусты с картофелем 2. Омлет натуральный 3. Икра морковная 4. Чай с сахаром и лимоном 5. Хлеб пшеничный. 6. Хлеб ржаной 7. Яблоко 8. Печенье	250 100 100 200 38/63 100/20

17.02.2025

		граммы
Обед	1. Суп лапша с мясом 2. Каша гречневая со свиным гуляшом 3. Салат капустный 4. Чай с сахаром и лимоном 5. Бутерброд с маслом 6. Хлеб ржаной. 7. Печенье. Яблоко.	250 150/90/30 100 200 38/10 63/20/100

18.02.2025

		граммы
Обед	1. Суп гороховый с говядиной 2. Пюре картофельное с рыбой тушёной в томате с овощами 3. Икра свекольная 4. Чай с сахаром и лимоном 5. Хлеб пшеничный. 6. Хлеб ржаной 7. Яблоко. 8. Печенье	6/250 150/10/90/50 100 200 38/63 100/20