

**УТВЕРЖДАЮ**

**10-дневное меню**

Директор МКОУ

Анновская ООШ

**бесплатного питания младших школьников**

**(1 - 4 классов) МКОУ Анновская ООШ в**

**2020-2021 уч. году**

В. Гладышева



1 день		6 день	
<b>Завтрак</b>		<b>Завтрак</b>	
Молоко	200	Молоко	200
Булка витушка	60	Булка витушка	60
Каша манная молочная	150	Гречка отварная с сахаром и маслом	150
<b>обед</b>		<b>обед</b>	
Салат овощной	60	Салат овощной	60
Суп рыбный	250	Суп вермишель (пшеничный)	250
Макаронны отварные	150	Плов	200
Гуляш из мяса отварного	100	Хлеб ржано-пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный	40	Чай с сахаром	180/10
Чай с сахаром	180/10		
<b>полдник</b>		<b>полдник</b>	
Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120	Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120
2 день		7 день	
<b>Завтрак</b>		<b>Завтрак</b>	
Чай с сахаром	180/10	Чай с сахаром	180/10
Батон с маслом	60/5	Батон с джемом	60/5
Запеканка творожная сладкая	150	Пудинг	150
<b>обед</b>		<b>обед</b>	
Салат овощной	60	Салат овощной	60
Суп гороховый	250	Суп с фрикадельками	250
Рис отварной	150	Картофель по-домашнему	200
Тефтели	70-100	Хлеб ржано-пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный	40	Кофейный напиток	100/50/10
Кофейный напиток	180/10		
<b>полдник</b>		<b>полдник</b>	
Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120	Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120
3 день		8 день	
<b>Завтрак</b>		<b>Завтрак</b>	
Молоко	200	Молоко	200
Булка ароматная	60	Булка Алексеевская	60
Каша рисовая молочная	150	Каша дружба (рис+пшено)	150

<b>обед</b>		<b>обед</b>	
Салат овощной	60	Салат овощной	60
Борщ	250	Борщ	250
Гречка отварная	150	Гречка отварная	150
Сосиска	70-100	Курица тушеная	100
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Чай с сахаром	180/10	Чай с сахаром	180/10
<b>полдник</b>		<b>полдник</b>	
Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120	Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120
4 день		9 день	
<b>Завтрак</b>		<b>Завтрак</b>	
Чай с сахаром	180/10	Чай с сахаром	180/10
Рагу овощное с сосиской отварной	150/80	Запеканка с макарон	150
Батон с маслом	60/5	Батон с джемом	60/5
<b>обед</b>		<b>обед</b>	
Салат овощной	60	Салат овощной	60
Суп Лапша	250	Суп Гороховый	250
Пюре картофельное	150	Рис отварной	150
Рыба тушеная	100	Рыба тушеная	100
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Компот	200	Компот	200
<b>полдник</b>		<b>полдник</b>	
Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120	Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120
5 день		10 день	
<b>Завтрак</b>		<b>Завтрак</b>	
Молоко	200	Молоко	200
Булка Алексеевская	60	Булка витушка	60
Омлет	200	Каша «здоровье» (овсянка)	
<b>обед</b>		<b>обед</b>	
Салат овощной	60	Салат овощной	60
Суп рисовый	250	Суп гречневый	250
Макаронны отварные	150	Макаронны отварные	150
Котлета	70-100	Котлета (Сосиска)	70-100
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Сок	180	Чай с сахаром	180/10
<b>полдник</b>		<b>полдник</b>	
Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120	Фрукты свежие/йогурт/сок	100-120