

Двухнедельное меню №1 для учащихся МБОУ Игримской СОШ имени Героя Советского
Союза Собянина Гавриила Епифановича п.Игрим

Для двух возрастных групп 7-11 и 11-17 лет

1 неделя

Понедельник

Завтрак

- Салат из белокочанной капусты с морковью
- Макароны отварные
- Сосиска отварная (колбаса)
- Соус красный основной
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржано-пшеничный
- Чай с сахаром



Обед

- Рассольник
- Капуста тушеная
- Котлета
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржано-пшеничный
- Коктейль молочный



Вторник

Завтрак

- Каша молочная рисовая с маслом
- Бутерброд с маслом
- Сыр(порциями)
- Кофейный напиток с молоком
- Фрукт свежий(яблоко)



Обед

- Салат из моркови с чесноком
- Суп с макаронными изделиями на мясном бульоне
- Пюре картофельное
- Минтай тушеный в сметанном соусе
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржано-пшеничный
- Чай с сахаром



Среда
Завтрак

- Рис отварной
- Сердце тушеное в соусе
- Компот из свежих плодов
- Хлеб пшеничный
- Фрукт свежий(яблоко)



Обед

- Борщ со свежей капустой с картофелем на мясном бульоне
- Макароны
- Котлета мясная
- Соус красный основной
- Кисель
- Булочка домашняя



Четверг
Завтрак

- Каша геркулесовая молочная
- Бутерброд с маслом и сыром
- Ватрушка с повидлом
- Компот
- Йогурт пастеризованный
- Фрукт свежий(яблоко)



Обед

- Салат из огурцов с зеленым горошком
- Суп с рыбными консервами
- Запеканка картофельная с мясом
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржано-пшеничный
- Чай с сахаром и лимоном



Пятница

Завтрак

- Запеканка из творога со сгущенным молоком
- Гречка рассыпчатая
- Тефтель
- Чай с сахаром
- Фрукт свежий(яблоко)
- Кондитерское изделие(печенье)



Обед

- Винегрет овощной с луком
- Суп картофельный с бобовыми(горох)
- Голубцы ленивые с мясом
- Компот из свежих плодов
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржано-пшеничный
- Йогурт

