

Примерное единое меню обедов для обучающихся 1-4 классов (сезон зима-весна) с февраля 2021г

День 1		
	Щи из свежей капусты с картофелем	200
	Гуляш 50/50	100
	Каша вязкая (перловая)	150/5
	Хлеб пшеничный	55
	Хлеб ржаной йодированный	30
	Фрукты свежие апельсины/бананы/мандарины	160
	Сок фруктовый	200
День 2		
	Огурец соленый (консерв.)	60
	Суп крестьянский с крупой	200
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	235
	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб пшеничный	55
	Хлеб ржаной йодированный	30
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200
День 3		
	Суп молочный с крупой (рис)	200
	Запеканка из творога со сгущенным молоком, 130/35	165
	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	55
	Хлеб ржаной йодированный	30
	Кисломолочный продукт (ряженка 2,7 %-ной жирности)	180
День 4		
	Рассольник по-ленинградски со сметаной	200/10
	Птица запеченная	90
	Капуста тушеная	150
	Кофейный напиток на молоке	200
	Хлеб пшеничный	50
	Хлеб ржаной йодированный	30
День 5		
	Борщ с картофелем и фасолью	200
	Омлет с сыром и горошком прогретым 145/60/5	210
	Хлеб пшеничный	50
	Хлеб ржаной йодированный	30
	Кисель из плодов и ягод	200
	Фрукты свежие(яблоки)	160
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,7 %-ной жирности)	180
День 6		

	Суп из овощей с яйцом	200
	Лапшевник	150/5
	Сок фруктовый	200
	Хлеб пшеничный	50
	Хлеб ржаной йодированный	30
	Пирог Кубанский/кондитерское изделие	80
День 7		
	Борщ	200
	Мясо тушеное в соусе	90
	Рис отварной с овощами	150
	Напиток из сухофруктов	200
	Хлеб пшеничный	50
	Хлеб ржаной йодированный	30
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200
День 8		
	Овощи соленые (помидор) консерв.	50
	Суп с макаронными изделиями	200
	Жаркое с субпродуктами	180
	Чай с лимоном	200
	Хлеб пшеничный	50
	Хлеб ржаной йодированный	24
	Фрукты свежие яблоки	160
День 9		
	Суп овощной	200
	Шницель рубленый из говядины	90
	Каша вязкая (пшеничная)	150/5
	Сок фруктовый	200
	Хлеб пшеничный	50
	Хлеб ржаной йодированный	24
	Кисломолочный продукт (кефир 2,7 %-ной жирности)	180
День 10		
	Борщ с капустой и картофелем	200
	Котлета рыбная	90
	Пюре картофельное	150
	Чай с сахаром	200
	Хлеб пшеничный	37
	Хлеб ржаной йодированный	24
	Кондитерское изделие (вафли молочные)	35
	Фрукты свежие яблоки	160
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200
	И.о.исполнительного директора Автономной некоммерческой организации "Стандарты социального питания" Д.В.Уральский	