

Согласовано:
Врио заместителя
Руководитель
Управление Роспотребнадзора
по Ростовской области
Е.В. Ковалев
М.М. Подсенова

Согласовано:
Министр общего и
профессионального образования
Ростовской области
Л.В. Балина

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Согласовано
Директор МБОУ СШ №15
г.Волгодонска
И.М.Скляров



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ
УЧАЩИХСЯ 1-4 классов

| № рецептур | Наименование блюд | Масса порции, г |
|-----------------------|---|-----------------|
| Неделя: первая | | |
| 1-день | | |
| 14М | масло сливочное | 10 |
| 15М | сыр порционный | 20 |
| 120М | суп молочный с макаронными изделиями | 200 |
| 376М | Чай с сахаром | 200/15 |
| | хлеб пшеничный | 40 |
| | фрукты* | 150 |
| 2-день | | |
| 211М | омлет с сыром | 150 |
| С | овощная закуска | 60 |
| 378М | чай с молоком | 200 |
| | кондитерское изделие | 30 |
| | хлеб пшеничный | 40 |
| 3-день | | |
| 278М | тефтели из говядины | 80/66 |
| 125М | картофель отварной | 150 |
| С/71М | овощи свежие ** | 60 |
| 377М | отвар из шиповника(чай с лимоном 1 вариант) | 200 |
| | батон йодированный | 20 |
| | зефир | 10 |
| 4-день | | |
| 15М | сыр порционный | 15 |
| 222М | пудинг из творога запеченный/со сгущенным молоком | 140 |
| 382М | какао напиток на молоке | 200 |
| | хлеб пшеничный | 40 |
| | фрукты* | 150 |
| 5-день | | |
| 260М | гуляш из говядины | 80/80 |
| 312М | картофельное пюре | 150 |
| С/71М | овощи свежие ** | 60 |
| 377М | чай с лимоном | 200 |
| | хлеб пшеничный | 40 |
| | кондитерское изделие | 30 |
| Неделя: вторая | | |
| 6-день | | |
| 239М | тефтели рыбные | 80/48 |
| 171М | каша пшеничная | 150 |
| С/71М | овощи свежие ** | 60 |

| | | |
|----------------|---|--------|
| 382М | какао напиток на молоке | 200 |
| | хлеб пшеничный | 40 |
| | пастила | 15 |
| 7-день | | |
| 224М | Запеканка из творога с морковью/со сгущенным молоком | 140 |
| 376М | Чай с сахаром | 200/15 |
| | хлеб пшеничный | 40 |
| | фрукты* | 150 |
| 8-день | | |
| 255М | печень по-страгоновски | 80/80 |
| 304М | рис отварной | 150 |
| С/71М | овощи свежие ** | 60 |
| 379М | кофейный напиток с молоком | 200 |
| | хлеб пшеничный | 40 |
| | кондитерское изделие | 30 |
| 9-день | | |
| 295М | Котлеты рубленые из бройлер - цыплят с соусом сметанным | 80/48 |
| 203 М | макаронные изделия отварные | 150 |
| С/71М | овощи свежие ** | 60 |
| 378М | чай с молоком | 200 |
| | батон йодированный | 20 |
| | пастила | 15 |
| 10-день | | |
| 14М | масло сливочное | 10 |
| 15М | сыр порционный | 15 |
| 175М | каша вязкая молочная из риса и пшена | 200/5 |
| 376М | Чай с сахаром | 200/15 |
| | хлеб пшеничный | 40 |
| | фрукты * | 150 |