

"Утверждено" Генеральный директор ООО "Комбинат питания"

А.И.Воловик



**РАБОЧЕЕ МЕНЮ**  
**МАОУ СОШ г.Черняховска и Черняховского района**  
**возрастная категория с 7 до 11 лет**  
**2018-2019г.г. ( с 1 марта 2019 г.)**

На основании Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях изд. Москва Дели принт 2011г.

По рекомендациям СанПиН 2.4.5.2409-08

Наименование блюд		Выход, г
<b>1 день (понедельник)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат из квашеной капусты	60
2	Щи из св.капусты с картофелем	200
3	Тефтеля мясная в соусе	80
4	Каша гречневая с маслом	150
5	Кисель плодово-ягодный (с вит. С)	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>2 день (вторник)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат из свеклы	60
2	Суп гороховый	200
3	Котлета рыбная в соусе	80
4	Картофельное пюре	150
5	Чай заварной с сахаром	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>3 день (среда)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Огурец соленый	50
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	200
3	Плов с курицей	200
4	Компот из свежих яблок (с вит. С)	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	20
<b>4 день (четверг)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Винегрет овощной	60
2	Суп с рисом	200
3	Гуляш из курицы	100
4	Картофель отварной	150
5	Компот из яблок и ягод(с вит. С)	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>5 день (пятница)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат картофельный с сол.огурцом и зел.горошком	60
2	Рассольник Ленинградский	200

3	Котлета мясная в соусе	80
4	Макароны отварные с маслом	150
5	Компот из ягод (с вит. С)	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20

### 6 день (понедельник)

	<i>Обед</i>	
1	Огурец соленый	50
2	Щи из свежей капусты с картофелем	200
3	Каша гречневая с курицей	200
4	Кисель плодово-ягодный (с вит. С)	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	20

### 7 день (вторник)

	<i>Обед</i>	
1	Салат из квашеной капусты	60
2	Суп из щавеля с яйцом и сметаной	200
3	Котлета куриная в соусе	80
4	Макароны отварные с маслом	150
5	Чай заварной с сахаром	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20

### 8 день (среда)

	<i>Обед</i>	
1	Винегрет овощной	60
2	Свекольник со сметаной	200
3	Рыба тушеная с овощами с томатом	80
4	Картофельное пюре	150
5	Компот из свежих яблок (с вит. С)	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20

### 9 день (четверг)

	<i>Обед</i>	
1	Салат Степной из вареных овощей	60
2	Борщ из свежей капусты с картофелем	200
3	Плов с мясом	200
4	Компот из яблок и ягод (с вит. С)	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	20

### 10 день (пятница)

	<i>Обед</i>	
1	Салат из квашеной капусты	60
2	Суп с рыбой	200
3	Жаркое по-домашнему с курицей	200
4	Компот из ягод (с вит. С)	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	20

Генеральный директор ООО "Комбинат питания"

А.И.Васюков



**РАБОЧЕЕ МЕНЮ**  
**МАОУ СОШ г.Черняховска и Черняховского района**  
**возрастная категория от 11 лет и старше**

**2018-2019 г.г. ( с 1марта 2019 г.)**

На основании Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях изд. Москва Дели принт 2011г.

По рекомендациям СанПиН 2.4.5.2409-08

Наименование блюд		Выход, г
<b>1 день (понедельник)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат из квашеной капусты	100
2	Щи из св.капусты с картофелем	250
3	Тефтеля мясная в соусе	100
4	Каша гречневая с маслом	180
5	Кисель плодово-ягодный (с вит. С)	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>2 день (вторник)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат из свеклы	100
2	Суп гороховый	250
3	Котлета рыбная в соусе	100
4	Картофельное пюре	180
5	Чай заварной с сахаром	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>3 день (среда)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Огурец соленый	50
2	Борщ со свежей капустой и картофелем	250
3	Плов с курицей	250
4	Компот из свежих яблок (с вит. С)	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	20
<b>4 день (четверг)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Винегрет овощной	100
2	Суп с рисом	250
3	Гуляш из курицы	150
4	Картофель отварной	180
5	Компот из яблок и ягод(с вит. С)	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>5 день (пятница)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат картофельный с сол.огурцом и зел.горошком	100
2	Рассольник Ленинградский	250

3	Котлета мясная в соусе	100
4	Макароны отварные с маслом	180
5	Компот из ягод (с вит. С)	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>6 день (понедельник)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Огурец соленый	50
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250
3	Каша гречневая с курицей	250
4	Кисель плодово-ягодный (с вит. С)	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	20
<b>7 день (вторник)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат из квашеной капусты	100
2	Суп из щавеля с яйцом и сметаной	250
3	Котлета куриная в соусе	100
4	Макароны отварные с маслом	180
5	Чай заварной с сахаром	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>8 день (среда)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Винегрет овощной	100
2	Свекольник со сметаной	250
3	Рыба тушёная с овощами и томатом	100
4	Картофельное пюре	180
5	Компот из свежих яблок (с вит. С)	200
6	Хлеб ржано-пшеничный	40
7	Хлеб пшеничный	20
<b>9 день (четверг)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат Степной из вареных овощей	100
2	Борщ из свежей капусты с картофелем	250
3	Плов с мясом	250
4	Компот из яблок и ягод (с вит. С)	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	20
<b>10 день (пятница)</b>		
	<i>Обед</i>	
1	Салат из квашеной капусты	100
2	Суп с рыбой	250
3	Жаркое по-домашнему с курицей	250
4	Компот из ягод (с вит. С)	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	20