



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Т. Н. Павликова
Приказ № _____ от 10.01.22

**Примерное десятидневное меню (завтрак)
для учащихся 1-4 классов
МБОУ «Липовская основная школа №34»
с 10 января по 31 мая 2022 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Ед изм	Выход блюда(г)
Неделя 1 День 1(понедельник)			
Завтрак	Омлет натуральный	г	150
	Бутерброд с отварным мясом птицы	г	30/20
	Яблоко (поштучно)	г	100
	Какао с молоком	г	200
Итого за завтрак:			500
Неделя 1 День 2 (вторник)			
Завтрак	Кнели рыбные припущенные	г	90
	Картофельное пюре	г	150
	Чай с лимоном	г	200
	Батон нарезной	г	20
	Масло сливочное шоколадное	г	10
	Мандарин (поштучно)	г	100
Итого за завтрак:			570
Неделя 1 День 3 (среда)			
Завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	г	150/10
	Бутерброд с маслом	г	15/15
	Кофейный напиток с молоком	г	200
	Банан (поштучно)	г	120
Итого за завтрак:			510
Неделя 1 День 4 (четверг)			
Завтрак	Каша пшенная молочная	г	200
	Бутерброд с сыром	г	45
	Яйцо вареное (поштучно)	г	40
	Какао с молоком	г	200
	Мандарин (поштучно)	г	100
Итого за завтрак:			585
Неделя 1 День 5 (пятница)			
Завтрак	Кнели из птицы	г	90
	Макаронные изделия отварные	г	150
	Чай с джемом или вареньем	г	200
	Груша (поштучно)	г	100
	Батон нарезной	г	20
Итого за завтрак:			560
Неделя 2 День 7 (понедельник)			

Завтрак	Омлет натуральный	г	150
	Чай с лимоном	г	200
	Бутерброд с отварным мясом птицы	г	30/20
	Мандарин (поштучно)	г	100
Итого за завтрак:			500
Неделя 2 День 8 (вторник)			
Завтрак	Каша "Дружба"	г	200
	Бутерброд с сыром	г	45
	Кофейный напиток с молоком	г	200
	Груша (поштучно)	г	100
Итого за завтрак:			545
Неделя 2 День 9 (среда)			
Завтрак	Яблоко (поштучно)	г	100
	Гуляш мясной	г	120
	Рагу из овощей	г	150
	Чай с сахаром	г	200
	Батон нарезной	г	20
Итого за завтрак:			590
Неделя 2 День 10 (четверг)			
Завтрак	Запеканка из творога со сгущенным молоком	г	150/10
	Какао с молоком	г	200
	Батон нарезной	г	20
	Масло сливочное шоколадное	г	10
	Банан (поштучно)	г	120
Итого завтрак:			520
Неделя 2 День 11 (пятница)			
Завтрак	Огурец свежий	г	60
	Зразы мясные с рисом	г	90
	Картофельное пюре	г	150
	Чай с лимоном	г	200
	Батон нарезной	г	20
	Яблоко (поштучно)	г	100
Итого завтрак:		г	620