|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МАОУ " Прогимназия №1" г.Воркуты* | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **ШКОЛА ЗАВТРАК И ОБЕД** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1 день** | **2 день** | | | | **3 день** | **4 день** | **5 день** | **6 день** | **7 день** | **8 день** | **9 день** | | | | **10 день** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ 200 | ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ 120 | | | | СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 150/30 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ 120 | ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ СО СМЕТАНН0- МАСЛЕННЫМ СОУСОМ 150/30 | КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ 200 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 120 | ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ 150/30 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ 120 | | | | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖН0- МОРКОВНАЯ СО СМЕТАННО-МАСЛЕНОЙ ПОДЛИВОЙ 150/30 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ 100 | | | | ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 200 | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 100 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ БЕДРА 100 | ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ 200 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 100 | | | | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |
| БУЛОЧКА С СЫРОМ 60 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 40 | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200 | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 |
| ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | | | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | | | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 |
| ПЕЧЕНЬЕ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | | | | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | | | | СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15 |
| ЯБЛОКО 200 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | | | |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 | | | | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 |
|  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 10 | | | |  | ЯБЛОКО 200 |  | ВАФЛИ 30 | МАНДАРИНЫ 200 |  | ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ 40 | | | |  |
|  |  | | | |  |  |  | ЯБЛОКО 200 |  |  | АПЕЛЬСИН 200 | | | |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | | | | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 | | | | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 250 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ 250 | | | | ЩИ ИЗ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 250 | СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ 250 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 250 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 250 | СУП ЛАПША ПО- ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ ПТИЦЫ 250 | СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 250 | БОРЩ С МЯСОМ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ 250 | | | | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 250 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 150 | | | | ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ ПТИЦЫ 250 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150 | ПЛОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ 250 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ 150 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ 150 | АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С ГОВЯДИНОЙ И ОТВАРНЫМ КАРТОФЕЛЕМ 150/100 | ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ 150 | | | | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 150 |
| КНЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100 | БИТОЧКИ ИЗ ОЛЕНИНЫ 100 | | | | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЛУКОМ 60 | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ 100 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ 100 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ 100 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60 | ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 100 | | | | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 100 |
| ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ 60 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 60 | | | | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЁНОГО КОНСЕРВ ГОРОШКА С ЛУКОМ 60 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ С 200 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЛУКОМ 60 | ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ 60 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ С 200 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60 | | | | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 60 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ С 200 | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ С 200 | | | | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | | | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 | | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ 30 |

.