|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *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 НАМОЛОКЕ 200 | ГРЕЧКАРАССЫПЧАТАЯ СМАСЛОМ 120 | СЫРНИКИТВОРОЖНЫЕ СОСМЕТАННЫМ СОУСОМ150/30 | КАРТОФЕЛЬОТВАРНОЙ С МАСЛОМ120 | ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГСО СМЕТАНН0-МАСЛЕННЫМ СОУСОМ150/30 | КАША РИСОВАЯ НАМОЛОКЕ 200 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕС МАСЛОМ 120 | ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕСО СГУЩЁННЫММОЛОКОМ 150/30 | КАРТОФЕЛЬОТВАРНОЙ С МАСЛОМ120 | ЗАПЕКАНКАТВОРОЖН0-МОРКОВНАЯ СОСМЕТАННО-МАСЛЕНОЙПОДЛИВОЙ 150/30 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОКС МОЛОКОМ 200 | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСАГОВЯДИНЫ 100 | ЧАЙ С САХАРОМ ИМОЛОКОМ 200 | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСАПТИЦЫ В ТОМАТНОМСОУСЕ 100 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | КАКАО С МОЛОКОМ 200 | ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ БЕДРА100 | ЧАЙ С САХАРОМ ИМОЛОКОМ 200 | РЫБА, ТУШЕННАЯ ВТОМАТЕ С ОВОЩАМИ100 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 |
| БУЛОЧКА С СЫРОМ 60 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИМОНОМ 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ЧАЙ С САХАРОМ 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИМОНОМ 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 СГОВЯДИНОЙ ИСМЕТАНОЙ 250 | РАССОЛЬНИК СГОВЯДИНОЙ СОСМЕТАНОЙ 250 | ЩИ ИЗ КАПУСТЫ НАКУРИННОМ БУЛЬОНЕСО СМЕТАНОЙ 250 | СУП РЫБНЫЙ СОСМЕТАНОЙ 250 | СУП ГОРОХОВЫЙ НАМЯСНОМ БУЛЬОНЕ250 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СКРУПОЙ НА МЯСНОМБУЛЬОНЕ 250 | СУП ЛАПША ПО-ДОМАШНЕМУ СМЯСОМ ПТИЦЫ 250 | СУП ОВОЩНОЙ НАМЯСНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ 250 | БОРЩ С МЯСОМПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ250 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СМЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ 250 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ150 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕС МАСЛОМ 150 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СМЯСОМ ПТИЦЫ 250 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕС МАСЛОМ 150 | ПЛОВ ИЗ МЯСАГОВЯДИНЫ 250 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕС МАСЛОМ 150 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ СМАСЛОМ 150 | АЗУ ПО-ТАТАРСКИ СГОВЯДИНОЙ ИОТВАРНЫМКАРТОФЕЛЕМ 150/100 | ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯС МАСЛОМ 150 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕС МАСЛОМ 150 |
| КНЕЛИ МЯСНЫЕ ИЗГОВЯДИНЫ 100 | БИТОЧКИ ИЗ ОЛЕНИНЫ100 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СЛУКОМ 60 | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСАГОВЯДИНЫ 100 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСАГОВЯДИНЫ 100 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ100 | САЛАТ ИЗБЕЛОКОЧАННОЙКАПУСТЫ 60 | ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ ВТОМАТНОМ СОУСЕ 100 | ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСАПТИЦЫ В ТОМАТНОМСОУСЕ 100 |
| ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙПОРЦИОННЫЙ 60 | САЛАТ ИЗБЕЛОКОЧАННОЙКАПУСТЫ 60 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЁНОГОКОНСЕРВ ГОРОШКА СЛУКОМ 60 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХЯБЛОК С ВИТ С 200 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СЛУКОМ 60 | ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙПОРЦИОННЫЙ 60 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХЯБЛОК С ВИТ С 200 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ СЧЕСНОКОМ 60 |
| КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХЯБЛОК С ВИТ С 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ С ВИТ С 200 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | КОМПОТ ИЗСУХОФРУКТОВ С ВИТ С200 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ 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 |

.