

**Примерное единое меню завтраков для обучающихся 1-4 классов (сезон з
весна) с марта 2021г**

	Меню гр
День 1	
Бутерброд с сыром "Голландский" и маслом сливочным	60
Каша жидкая молочная (рисовая)	200/5
Какао с молоком	200
Хлеб ржаной йодированный	20
Хлеб пшеничный	20
Фрукты свежие (яблоко)	120
День 2	
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	80
Жаркое по-домашнему	185
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	35
Хлеб ржаной йодированный	20
Кисломолочный продукт кефир 2,7 %-ой жирности	180
День 3	
Дополнительный гарнир, помидор соленый	30
Котлета рубленая из курицы	90
Каша вязкая (гречневая)	150/5
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной йодированный	20
Кисель из плодов и ягод	200
Фрукты свежие (яблоки)	130

День 4		
	Дополнительный гарнир, огурец соленый	35
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	235
	Чай с лимоном	200
	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Пирог фруктовый "Школьный"/ кекс ванильный/печенье	50
День 5		
	Котлеты (биточки) особые из говядины	90
	Рагу из овощей	160
	Дополнительный гарнир, помидор соленый	30
	Хлеб пшеничный	24
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Сок фруктовый	200
День 6		
	Омлет с горошком прогретым и маслом сливочным, 120/60/5	185
	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	30
	Фрукты свежие (яблоко)	130
День 7		
	Икра кабачковая	60
	Котлета рыбная	90
	Картофельное пюре	150

	Хлеб пшеничный	25
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Сок фруктовый	200
День 8		
	Дополнительный гарнир, огурец соленый	35
	Тефтели из говядины со сметанным соусом	130
	Каша вязкая (гречневая)	150/5
	Фруктовый чай	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	20
	Печенье Ромашка	25
День 9		
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	160/30
	Какао с молоком	200
	Хлеб пшеничный	37
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Кисломолочный продукт йогурт 3,2 %-ой жирности	180
День 10		
	Кукуруза консервированная	60
	Фрикадельки из курицы	90
	Макаронные изделия отварные с овощами	150
	Кофейный напиток на молоке	200
	Хлеб ржаной йодированный	20
	Хлеб пшеничный	20
	Фрукты свежие (яблоки)	125

