

УТВЕРЖДАЮ:
директор МКОУ Аксарихинская
средняя общеобразовательная школа
А.В.Журская
«31» _____ 2023 год



**Примерное десятидневное меню
для детей 11-17 лет
на 2023-2024 учебный год**

МЕНЮ

11-17 лет

УТВЕРЖДАЮ:
 директор МКОУ Аксарихинская СОШ
 А.В.Журская
 2023 год



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ 250/6	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 250/18	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 250/6	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ 250/6	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 250/18	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250/6	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 250/18	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 250/6	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" 250/6	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 250/18
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый 25	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 30
ОГУРЕЦ СОЛЕНый 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40/20	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40/22	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40/22	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/10	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40/22	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40/20	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40/22	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40/10
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" со вкусом персика 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 200/6	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНАМИ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200
Обед									
УХА ИЗ СВЕЖЕЙ РЫБЫ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 250/7	БОРЩ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 250/10	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 250	СУП-СВЕКОЛЬНИК 250/7	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 250	СУП-ЛАПША С КУРОЙ 250	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 250/10
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНые ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 100/30	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНные ИЗ ПТИЦЫ 100	БИТОЧКИ РЫБные 120	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 220	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 100	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВые 120	РЫБА ПРИПУЩЕНная С ОВОЩАМИ 120/10	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬная С МЯСОМ 200
РАГУ ОВОЩНОЕ 200	РИС ОТВАРНОЙ 200	МАКАРОНные ИЗДЕЛИя ОТВАРные 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5	РИС ОТВАРНОЙ 200	КАПУСТА ТУШЕНая 200	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	СОУС ТОМАТный 30	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 42	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 60	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 60
ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" 200
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДный 200	КАКАО-ПОРОШОК "ВИТОШКА" С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА" со вкусом вишни 200	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ 200	СОК МУЛЬТИФРУКТОВый 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	
		СОК ЯБЛОЧный 200							