



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

**Примерное десятидневное меню
для детей 7-10 лет
на 2023-2024 учебный год**

МЕНЮ

7-10 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 КРУПОЙ 200/5	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200/20	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 200/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ 200/5	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200/20	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200/5	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200/18	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200/5	* КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" 200/6	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 200/18
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 40
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/15	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30/20	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/15	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/15	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30/20	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый 25	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/15	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/10
ОГУРЕЦ СОЛЕНый 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50
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 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 200/6	БОРЩ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 200/10	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	СУП-СВЕКОЛЬНИК 200/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 200	СУП-ЛАПША С КУРОЙ 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 200/10
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 80/30	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 100	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 170	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 80	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 100	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ 100/8	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 170
РАГУ ОВОЩНОЕ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150/5	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 150/5	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 200	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 80
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	СОУС ТОМАТНЫЙ 20	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 40
ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 28	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 28	ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 50	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 28	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 28	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 28	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 28	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 28	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" 200
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ 200	КАКАО-ПОРОШОК "ВИТОШКА" С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ 28	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							