

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МКОУ Квитокской СОШ №1:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МКОУ Квитокской СОШ №1:

О. В. Маслий /

Приказ от « 26 » апреля 2023 г. № 47

О. В. Маслий /

Приказ от « 25 » апреля 2023 г. № 47

2023 г. № 47

МКОУ КВИТОКСКАЯ СОШ №1

(д/с "Чебурашка", д/с "Теремок")

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

2022-2023

учебный год

(весенне-летний период)

Примерное Меню

Завтрак	№ технологической карты, (сборник технологических нормативов, рецептур блюд для школьного питания, Уфа, 2018г.)	2-й завтрак	№ технологической карты, (сборник технологических нормативов, рецептур блюд для школьного питания, Уфа, 2011г.) *** (сборник технологических нормативов, рецептур блюд для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях- под ред. доц. Корюкова Л.С., доц. Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.	Обед	№ технологической карты, (сборник технологических нормативов, рецептур блюд для школьного питания, Уфа, 2018г.) ** - Программный центр "Томошь образования" Сборник технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания, Уфа, 2011г.) Школьное питание	Уплотненный поддник	№ технологической карты, (сборник технологических нормативов, рецептур блюд для школьного питания, Уфа, 2011г.) Школьное питание
Каша манная молочная Какао на молоке Бутерброд с маслом	204 304 1	Сок	442**	Салат сельдь с луком Суп картофельный с фрикадельками Картофель тушеный Кисель из шиповника Хлеб пшеничный	54 478** 149 322 147**	Биточки рисовые с повидлом Чай с сахаром	225 298
Каша пшенная молочная Чай с сахаром Бутерброд с сыром	208 298 3	Яблоко	368**	Салат Здоровье Рассольник Ленинградский Плов из курицы Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	36 58 140 309 Пром.	Макароны запеченные с яйцом Чай с лимоном	229 300
Каша из смеси круп молочная Какао на молоке Бутерброд с маслом	196 304 1	Йогурт	21***	Салат «Студенческий» Суп картофельный с клецками Капуста тушеная Биточки мясные Напиток из плодов шиповника Хлеб пшеничный	43 66 150 102 316 147**	Сырники из творога Чай с сахаром	241 298
Каша ячневая молочная Чай с сахаром Бутерброд с повидлом	204 298 4	Яблоко	368**	Салат из свежеслы с растительным маслом Суп картофельный с крупой Макароны отварные Тефтели из говядины с рисом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	27 65 227 113 309 Пром.	Рагу овощное Чай с лимоном Хлеб пшеничный	161 300 147**
Каша овсяная «Геркулес» молочная Какао на молоке Бутерброд с маслом	192 304 1	Сок	442**	Салат луковый Свекольник Картофельное пюре Котлета рыбная Кисель из шиповника Хлеб пшеничный	48 72 148 85 322 147**	Булочка Веснушка Молоко кипяченое	286 296

поне/дильник	Суп молочный с макаронными изделиями Какао на молоке Бутерброд с маслом	80 304 1	Сок	442**	Салат картофельный с зеленым горошком Суп с рыбными консервами Капуста тушёная Котлета мясная Кисель из шиповника Хлеб пшеничный	40 87** 150 102 322 147**	Олады со стученным молоком Чай с сахаром	262 298
вторник	Каша манная молочная Чай с сахаром Бутерброд с сыром	204 298 3	Яблоко	368**	Салат луковый Борщ Каша перловая рассыпчатая Гуляш Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	48 60 184 99 309 Пром.	Сырники из творога Чай с сахаром	241 298
среда	Каша пшённая молочная Какао на молоке Бутерброд с маслом	208 304 1	Йогурт	21****	Салат сельдь с луком Суп из овощей Жаркое по-домашнему Напиток из плодов шиповника Хлеб ржаной	54 71 101 316 Пром.	Пельмени с маслом Чай с лимоном	293 300
четверг	Суп молочный рисовый Чай с сахаром Бутерброд с повидлом	78 298 4	Яблоко	368**	Салат из свеклы с соленым огурцом Суп гороховый с гречками Картофельное пюре Рулет с луком и яйцом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	30 67 148 126 309 147**	Омлет натуральный Чай с сахаром Хлеб пшеничный	233 298 147**
пятница	Каша «Дружба» молочная Какао на молоке Бутерброд с маслом	210 304 1	Сок	442**	Винегрет Щи Макароны отварные Рыба, тушенная в томате с овощами Кисель из шиповника Хлеб ржаной	44 57 227 82 322 Пром.	Пирожки печеные с повидлом Молоко кипяченое	266 296