

Утверждаю
Директор школы

А.Н.Харин

ПЛАН – МЕНЮ на январь 2024 г.

с 1 по 4 классы

Завтрак: осенне зимний период

1 день

1. Салат из белокочанной капусты (100)
2. Гуляш из курицы (100)
3. Макароны отварные (180)
4. Чай с сахаром (200)
5. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего: 605 гр.

2 день

1. Морковь с сахаром (60)
2. Котлета мясная (100)
3. Каша рисовая рассыпчатая (180)
4. Соус томатный (50)
5. Компот из сухофруктов (200)
6. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего: 615 гр.

3 день

1. Салат из свеклы с растительным маслом (100)
2. Котлета рыбная (100)
3. Каша гречневая рассыпчатая (180)
4. Соус томатный (50)
5. Кофейный напиток (200)
6. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего: 655 гр.

4 день

1. Салат картофельный с огурцами (100)
2. Тефтели из говядины паровые (100)
3. Капуста тушеная (180)
4. Чай с сахаром (200)
5. Хлеб ржано-пшеничный (25) Итого: 605 гр.

5 день

1. Салат из капусты с яблоком (60)
2. Котлета куриная (100)
3. Картофельное пюре (180)

4. Какао с молоком (200)
5. Хлеб ржано-пшеничный(25) Итого:565гр

6 день
1.Яблоко (160)
2.Каша овсяная (200)
3. Масло сливочное (20)
4.Сок (200)
5. Хлеб пшеничный (25) Итого: 605гр.
7 день
1. Салат с огурцами (60)
2. Гуляш из говядины (100)
3. Рис отварной (180)
4. Чай с сахаром (200)
5. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего:565гр.
8 день
1.Салат «Здоровье»(100)
2. Ежик мясной (100)
3. Каша гречневая рассыпчатая (180)
4. Соус томатный (50)
5. Компот из сухофруктов (200)
6. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего:655гр.
9 день
1. Салат «Витаминный (60)
2. Жаркое по-домашнему из курицы (300)
3. Кофейный напиток (200)
4. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего:585 гр.
10 день
1. Морковь с сахаром (60)
2. Котлета куриная(100)
3. Макароны отварные (180)
4. Соус томатный (50)
5. Чай с сахаром (200)
6. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего: 615 гр.

11 день	
1. Салат картофельный с огурцами (60)	
2. Котлета мясная (100)	
3. Капуста тушеная (180)	
4. Какао с молоком (200)	
5. Хлеб ржано-пшеничный(25) Всего:565 гр.	
12 день	
1.Яблоко (160)	
2. Каша пшенная (200)	
4. Напиток из яблок (200)	
5 Хлеб пшеничный (25)	
	Всего:585 гр.

Повар: *де*

Бухгалтер: *Серг*