



А.Н.Харин

ПЛАН – МЕНЮ на октябрь 2024 г.

с 1 по 4 классы

ЗАВТРАК: осенне -зимний период

1 день	Понедельник
1.Салат из свежих огурцов (100)	
2. Котлета куриная (100)	
3. Макароны отварные (180)	
4. Соус томатный (50)	
5. Чай с сахаром (200)	
6. Хлеб ржано-пшеничный(25) Всего:655 гр.	
2 день	Вторник
1. Салат из свеклы с маслом растительным (60)	
2. Гуляш из кури (100)	
3. Каша гречневая рассыпчатая (180)	
4. Какао с молоком (200)	
5. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего: 565 гр.	
3 день	Среда
1.Салат «Витаминный (100)	
2. Шницель мясной (100)	
3. Картофельное пюре (180)	
4. Компот из шиповника (200)	
5. Хлеб ржано-пшеничный (25) Всего: 605 гр.	
4 день	Четверг
1.Салат из свежих помидоров (60)	
2.Печень-по строгановски (100)	
3.Макароны отварные (180)	
4. Кофейный напиток с молоком (200)	
5.Хлеб ржано-пшеничный(25) Итого: 565гр.	
5 день	Пятница
1.Салат из моркови с яблоком (100)	
2. Котлета куриная (100)	
3. Каша рисовая рассыпчатая (180)	
4. Соус томатный (50)	
5.Напиток из апельсин (200)	

6. Хлеб ржано-пшеничный(25) Итого:565 гр

6 день	Суббота
1.Каша молочная «Дружба» (200)	
2.Бутербродс с повидлом (30/11)	
3.Сок (200)	
4. Коржик глазированный 80г	
Итого: 521гр.	
7день	Понедельник
1. Салат из белокочанной капусты с огурцом и перцем (100)	
2. Котлета рыбная (100)	
3. Макароны отварные (180)	
4. Соус томатный (50)	
5. Чай с сахаром и лимоном (200)	
6. Хлеб ржано-пшеничный (25)	Всего:655гр.
8 день	Вторник
1.Салат «Степной» (60)	
2.Плов из куры (250)	
3. Какао с молоком (200)	
4. Хлеб ржано-пшеничный (25)	Всего:535 гр.
9 день	Среда
1. Морковь с сахаром (60)	
2. Биточек мясной (100)	
3. Каша гречневая рассыпчатая(180)	
4. Соус томатный (50)	
5. Компот из шиповника (200)	
6. Хлеб ржано-пшеничный (25)	Всего:615 гр.
10 день	Четверг
1.Салат из свежих огурцов и помидоров (100)	
2. Гуляш из говядины (100)	
3.Макароны отварные (180)	
4. Кофейный напиток на молоке (200)	
5. Хлеб ржано-пшеничный (25)	Всего: 605 гр.

11 день	Пятница
1. Салат из белокочанной капусты (60)	
2. Жаркое по-домашнему (300)	
3. Напиток из апельсин (200)	
4 Хлеб ржано-пшеничный(25)Всего:585 гр.	
12 день	Суббота
1. Каша рисовая (200)	
2. Бутерброд с сыром (30/11)	
3. Сок (200)	
4. Сдоба Выборгская (100г) Всего:541 гр.	

Повар:

Бухгалтер:

