



Утверждено

Директор ГКУ ЗО «Богдановская СОШ №11» МР

Касапская И.В.

2023г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ БОГДАНОВСКОЙ СОШ №11 НА ОСЕННИЙ ПЕРИОД 2023-2024 УЧ.Г.

Первая неделя Понедельник			
Меню	Выход	Раскладка	Вес
Суп рисовый	250	Картофель Морковь Укроп Лук Крупа рисов. Слив.Масло	50 12 5 10 10 4
Каша гречневая рассыпчатая	130	Гречка Вода Масло слив.	40 110 6
Мясо тушённое	70/100	Мясо масло раст.	100/170 5
Сезонные овощи	50		
Чай с сахаром и лимоном	200	Чай сахар Лимон	1 13 10
Хлеб	60	Хлеб	60
Всего	765/795		
Вторник			
Борщ со сметаной	250	Свекла Капуста Морковь Картофель Лук Паста Масло раст. Вода Сметана	20 50 12 60 12 15 5 150 10
Макароны отварные	100	Макароны Масло слив.	40 6
Котлета	80	Мясо Лук Яйцо Сухари Масло раст.	100 10 ¼ 10 5
Салат из св. капусты	70	Капуста Морковь Масло раст.	60 12 10
Чай с сахаром	200	сахар Вода	13 180
Хлеб	60	Хлеб	60
Всего	760		

Среда			
Суп с макаронными изделиями	250	Мак. Изд. Картофель Лук Морковь Вода Масло слив.	10 50 12 12 170 4
Каша с гречки	130	Крупа Вода Масло слив.	45 110 6
Рыба жаренная	75	Рыба масло раст мука	100 10 6
Сезонные овощи	50		
Хлеб	60	Хлеб	60
Чай с лимоном	200	Чай сахар лимон	1 13 10
Всего	790		
Четверг			
Юшка гороховая	250	Горох Картофель Морковь Укроп Мука Лук Масло раст. Вода Паста	20 66 15 13 2 12 6 200 6
Пюре картофельное	120	Картофель Масло слив.	150 5
Тефтеля в томатном соусе	70	Мясо Рис Лук Морковь Масло растительное Яйцо Паста Мука	50 5 20 10 10 1,4 10 4
Хлеб	60		60
Пирожки с творогом	100	Дрожжи яйцо творог мука масло раст вода	2 ½ 20 70 10 100

Чай с сахаром	200	Чай Сахар	13 1
Всего	700		
Пятница			
Суп картофельный с фрикадельками	250/30	Мясо Вода Масло слив. Картофель Морковь Зелень Лук	50 150 4 70 15 5 15
Картофель по- домашнему	150	Картофель Лук Морковь Паста Масло раст.	190 15 20 5 10
Сезонные овощи	50		
Хлеб	30	Хлеб	30
Чай с лимоном	200	Сахар вода чай	13 180 1
Всего	740		

**Вторая неделя
Понедельник**

Меню	Выход	Раскладка	Вес
Суп гороховый	250	Картофель Морковь горох Укроп Лук Крупа Масло раст.	50 12 20 5 10 10 4
Макароны отв.	100	Макароны Масло слив.	40 6
Мясо тушеное	70/100	Мясо масло раст	100/170 5
Салат из свежей капусты	70	Капуста Морковь Масло раст.	60 12 10
Чай с сахаром и лимоном	200	Чай Сахар Лимон вода	1 13 10 180
Хлеб	60	Хлеб	60
Всего	750/780		

Вторник

Борщ со сметаной	250	Свекла Капуста Морковь Картофель Лук Паста Масло раст. Сметана Вода	20 50 12 60 12 5 5 10 150
Каша гречневая	130	Гречка Масло слив. Вода	40 6 84
Котлета	80	Мясо Лук яйцо сухари Масло раст.	100 10 ¼ 10 5
Сезонные овощи	50		

Чай с сахаром	200	Сахар чай вода	13 1 180
Хлеб	60	Хлеб	60
Всего	875		

Среда

Суп с макаронными изделиями	250	Макаронные изделия Картофель Лук Морковь Вода Масло слив.	10 50 12 12 200 4
Каша из перловки	130	Крупа Вода Масло слив.	40 110 6
Рыба жаренная	75	Рыба Масло раст. Мука	100 10 6
Салат из свеклы	55	Свекла Сахар Масло раст. Лук	60 2 5 3
Хлеб	60	Хлеб	60
Чай с лимоном	200	Чай вода сахар лимон	1 180 13 10
Всего	760		

Четверг

Суп рисовый	250	Картофель Морковь Укроп Лук Крупа Масло слив.	50 12 5 10 10 4
Пюре картофельное	120	Картофель Масло слив.	150 10
Мясо гуляш	115	Мясо Лук Паста Мука Масло раст. Вода	50 13 5 2 5 50
Хлеб	60	Хлеб	60
Запеканка	100	Сыр кисломолочный	141

творожная		крупa манная яйцо масло слив. Сметана сахар	10 1/10 6 35 15
Чай с сахаром	200	Чай Сахар Вода	1 13 180
Всего	745		
Пятница			
Борщ со сметаной	250	Свекла Картофель Капуста Морковь Лук Паста Масло раст. Вода Сметана	20 60 50 12 12 15 5 150 10
Мясо тушенное	70/100	Мясо масло рас	70/100 5
Плов из риса и овощей	120	Рис Морковь Лук Паста Масло раст.	40 60 12 10 10
Сезонные овощи	50		
Чай с сахаром и лимонном	200	Чай Сахар Лимон Вода	1 13 10 186
Хлеб	60	Хлеб	60
Всего	755		