

Утверждаю

1 неделя

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Каша гречневая со сливочным маслом	180/150/3	
Кисель из концентрата	200/150	
Бутерброд со слив. маслом и сыром	30/5/5	
2 завтрак. Сок фруктовый	150	

Обед

Салат из отварной свеклы	50-40	
Суп крестьянский со сметаной(говяжий)	200/5	
Картофельное пюре	130-100	
Компот из сухофруктов	150-200	
Хлеб ржаной	1/41.43	
Хлеб пшеничный	1/20	
Биточки рыбные Морячка	75	

Полдник

Молоко кипяченое	100	
Чай полусладкий с молоком	150-200	
Фрикадельки «Особые» с том.соус	50/30	
Рожки отварные с маслом	130/3	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Каша геркулесовая на молоке со сливочным маслом	200-150-3	
Какао полусладкий с молоком	150-200	
Бутерброд с сыром	30-5	
2 Завтрак.Кефир	100	
Свежие яблоки	80	

Обед

Салат из свежей капусты	50-40	
Суп лапша с мяктью птицы	200-150	
Гуляш из говядины	50-50	
Каша ячневая вязкая	130-100	
Напиток «Лимонный»	150-200	
Хлеб ржаной	1/41,43	
Хлеб пшеничный	1/20	

Полдник

Молоко кипяченое	130	
Сырники из творога с соус. «Сластена»	100-15	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Бутерброд с повидлом и маслом	30-10-5	
Каша пшенная молчная	200-150-3	
Кофейный напиток полусладкий с молоком	180-150	
2 завтрак. Ряженка	150	
Апельсины	80	

Обед

Морковь тертая с сахаром	50-40	
Борщ из свежей капусты со смет.(говяжий)	150-200	
Компот «Фруктово-ягодный»из свеж. яблок	150-200	
Хлеб ржаной	1/41.43	
Тефтели из говядины	50-30	
Пюре из бобовых «Янтарное»	130-100-3	
Хлеб пшеничный	1/20	

Полдник

Котлеты Татарские	75	
Каша рисовая с маслом	100-130-5	
Чай полусладкий	200-150	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Каша манная на молоке со сливочным маслом	200-150-3	
Какао с молоком полусладкий	180-150	
Бутерброд со слив. маслом и сыром	30-5-5	
2 завтрак Кефир	100	
Яблоки свежие	80	

Обед

Салат из свежей капусты	50-40	
Рассольник Ленинградский со смет(говяж)	200-150-5	
Котлеты Любимые	75	
Каша ячневая вязкая	130-100	
Компот из сухофруктов	150-200	
Хлеб ржаной	1/41,43	
Хлеб пшеничный	1/20	

Полдник

Молоко кипяченое	150	
Запеканка рисовая из творога с повидлом	120-15	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Суп молочный с макаронными изделиями	200-150	
Чай полусладкий с молоком	150-200	
Бутерброд со слив. маслом и сыром	30-5-5	
Яйцо вареное	1 шт.	
2 завтрак. Сок фруктовый	150	

Обед

Винегрет Дары осени	50-40	
Щи из свеж.капусты с фрик.из говядины со сметаной	200-150-20/5	
Плов Золотой петушок	150-100/50	
Компот из красной смородины	150-200	
Хлеб ржаной	1/41,43	
Хлеб пшеничный	1/20	

Полдник

Печенье	16	
Свежие яблоки	80	
Молоко кипяченое	150	
Картофельное пюре со слив.маслом	150-5	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

2 неделя

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Макароны отварные	180-150/3	
Бутерброд со слив. маслом и сыром	30-20/5/10	
Чай полусладкий	200-150	
2 завтрак. Яблоки свежие	80	
Сок фруктовый	160-130	

Обед

Салат из отварной свеклы	40-50	
Суп из овощей со смет. на мясокостном(гов)	200-150	
Кисель фруктовый	200-150	
Фрикадельки «Капелька» с томатн.соусом	50/30	
Картофельное пюре	130-100/3	
Хлеб пшеничный	1/20	
Хлеб ржаной	1/41,43	

Полдник

Молоко кипяченое	100	
Запеканка рисовая из творога со сгущен.молоком	120-15	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Суп молочный с рисом	200-150	
Кофейный напиток полусладкий	180-150	
Бутерброд со слив. маслом и сыром	30-20/5/5	
Яйцо вареное	48	
2 завтрак. Яблоки свежие	80	
Ряженка	150	

Обед

Суп «Гречишное зернышко»на мясокостном бульоне(говяжий)	200-150	
Гуляш из говядины	50/50	
Капуста тушеная	130-100	
Компот из свежих яблок	200-150	
Морковь тертая с сахаром	50-40	
Хлеб пшеничный	1/20	
Хлеб ржаной	1/41,43	

Полдник

Мякоть птицы тушеная в соусе	25/25	
Каша перловая вязкая	130-100-3	
Чай полусладкий	200-150	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Каша пшенная на молоке со сливочным маслом	200/3	
Какао с молоком полусладкий	200-150	
Бутерброд со слив. маслом и сыром	30-20/5/5	
2 завтрак.Кефир	150	
Яблоки свежие	80	

Обед

Салат «Метелка»	50/40	
Суп картоф.клецкам с мясными фрик.	150-200/20	
Биточки «Рябушка»	75	
Компот из сухофруктов	150-200	
Хлеб ржаной	1/41,43	
Хлеб пшеничный	1/20	
Каша ячневая вязкая	130/100	

Полдник

Сырники из творога с повидлом	150/100/15	
Чай с лимоном полусладкий	150-200	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Каша молочная манная с маслом	200-150/3	
Чай полусладкий с молоком	180-150	
Бутерброд со слив. маслом и сыром	30/20/5/5	
2 завтрак. Сок фруктовый	160/130	

Обед

Салат из свежей капусты	50-40	
Суп с бобовыми с мякотью птицы	150/200/15	
Компот из красной смородины	150-200	
Котлеты крестьянские	75/50	
Каша гречневая вязкая	130/100	
Хлеб пшеничный	1/20	
Хлеб ржаной	1/41,43	

Полдник

Молоко кипяченое	100	
Чай полусладкий с молоком	180-200	
Пюре картофельное с маслом	130-100/3	
Тефтели из птицы с соус. сметан.с томатом	150/5	
Хлеб пшеничный	1/20	

Утверждаю

Директор МБОУ «Тлякеевская ООШ»

_____ Р.Х.Ахметов

Меню

Дата _____

Завтрак

Наименование блюда	вес	сумма
Каша пшеничная на молоке со сливочным маслом	200-150/3	
Кофейный напиток полусладкий	150-200	
Бутерброд с повидлом и со слив.маслом	30/10/5	
2 завтрак. Кефир	150	
Яблоки свежие	80	

Обед

Зеленый горошек порциями	15	
Борщ с капуст.со смет.на мясок.бул.(говяж)	130-180/5	
Напиток Лимонный	150-200	
Запеканка картофельная с мясом	180-130/3	
Хлеб ржаной	1/46,4	
Хлеб пшеничный	1/20	

Полдник

Молоко кипяченое	150-130	
Макароны запеченные с яйцом с маслом	150/5	
Хлеб пшеничный	1/20	