



Утверждаю
Ш.З.Сунгатов

Меню по МБОУ «Сикертанская ООШ им.Г.Камала» Арского МР РТ
для обучающихся 5-9 классов

	Наименование блюда	Масса порций в граммах
Понедельник		
1	Сыр порционно	25
2	Котлеты мясные с томатным соусом	80/10
3	Каша гречневая рассыпчатая	180
4	Чай с сахаром, лимоном	200/5
5	Хлеб ржано пшеничный	30
6	Хлеб пшеничный	30
Вторник		
1	Яблоки	100
2	Салат из свеклы	60
3	Плов с куриным мясом	200/50
4	Напиток лимонный	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	30
6	Хлеб пшеничный	30
Среда		
1	Салат из моркови с яблоками	60
2	Жаркое из птицы	150/50
3	Кисель	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	30
5	Хлеб пшеничный	30
Четверг		
1	Яблоки	100
2	Салат из белокочанной капусты	60
3	Гречка с овощами	180
4	Котлеты мясные	80
5	Чай с сахаром, лимоном	200/5
6	Хлеб ржано-пшеничный	30
7	Хлеб пшеничный	30
Пятница		
1	Салат из свеклы отварной с маслом	60
2	Фрикадельки мясные в томатном соусе	80/50
3	Картофель отварной с маслом	180/5
4	Напиток из шиповника	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	30
6	Хлеб пшеничный	30
Суббота		
1	Сыр порционно	25
2	Котлеты мясные с томатным соусом	80/10
3	Макаронные изделия отварные	180
4	Компот из сухофруктов	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	30
6	Хлеб пшеничный	30

Исполнитель Д.Г.Нуриева

