



Утверждаю
Ш.З.Сунгатов

Меню по МБОУ «Сикертанская ООШ им.Г.Камала» Арского МР РТ
09.01.2023 – 14.01.2023 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	40
6	Хлеб пшеничный	40
Вторник		
1	Яблоки	100
2	Салат из свеклы	60
3	Плов с куриными грудками	50/200
4	Напиток лимонный	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	40
Среда		
1	Салат из моркови с яблоками	60
2	Запеканка картофельная с куриными грудками	50/180
3	Кисель	200
4	Хлеб ржано-пшеничный	40
5	Хлеб пшеничный	40
Четверг		
1	Яблоки	100
2	Салат из белокочанной капусты	60
3	Гречка с фаршем и овощами	180
4	Чай с сахаром, лимоном	200/5
5	Хлеб ржано-пшеничный	40
6	Хлеб пшеничный	40
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	40
6	Хлеб пшеничный	40
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	40
6	Хлеб пшеничный	40

Исполнитель Д.Г.Нуриева

