





















Утверждаю:

директор МКОУ «Зиранинская СОШ»

Рахулов Х.М.

25.08.2020 г.

Примерное 2 х– недельное меню

для организации горячего питания учащихся 1-4 классов  
МКОУ «Зиранинская СОШ»

Дни	Наименование блюда	Выход (гр.)
1-й день	1. Салат из свежих овощей	100
	2. Борщ	250
	3. Плов с мясом	175
	4. Чай с сахаром	200
	5. Хлеб	30
2-й день	1. Каша пшеничная с маслом	150
	2. Салат из свежих овощей	100
	3. Суп гороховый с мясом	250
	4. Яблоко	100
	5. Какао	200
	6. Хлеб	30
3-й день	1. Салат из капусты	100
	2. Суп фасолевый	250
	3. Макароны отварные	175
	4. Гуляш из говядины	50/38
	5. Чай с сахаром	200
	6. Хлеб	30
4-й день	1. Салат из капусты с зелёным горошком	100
	2. Суп рисовый с говядиной	250/15
	3. Гречка отварная	150
	4. Гуляш из говядины	50/38
	5. Чай с сахаром и лимоном	200/15/7
	6. Хлеб	30
5-й день	1. Салат из свежих овощей	100
	2. Борщ из свежей капусты	250
	3. Плов с мясом	175
	4. Чай с сахаром	200
	5. Хлеб	30
6-й день	1. Суп фасолевый	250
	2. Салат из свежих овощей	100
	3. Какао	200
	4. Хлеб	30
7-й день	1. Салат из свежих овощей	100
	2. Борщ	250
	3. Плов с мясом	175
	4. Чай с сахаром	200
	5. Хлеб	30
8-й день	1. Салат из капусты с зелёным горошком	100
	2. Суп рисовый с говядиной	250/15
	3. Гречка отварная	150
	4. Гуляш из говядины	50/38
	5. Чай с сахаром и лимоном	200/15/7
		30



	<b>6. Хлеб</b>	
<b>9-й</b>	<b>1. Салат из свежих овощей</b> <b>2. Суп гороховый с мясом</b> <b>3. Яблоко</b> <b>4. Какао</b> <b>5. Хлеб</b>	<b>100</b> <b>250</b> <b>100</b> <b>200</b> <b>30</b>
<b>10-й день</b>	<b>1. Салат из свежих овощей</b> <b>2. Борщ</b> <b>3. Плов с мясом</b> <b>4. Чай с сахаром</b> <b>5. Хлеб</b>	<b>100</b> <b>250</b> <b>175</b> <b>200</b> <b>30</b>
<b>11-й день</b>	<b>1. Винегрет овощной</b> <b>2. Суп рисовый с говядиной</b> <b>3. Гречка отварная</b> <b>4. Гуляш из говядины</b> <b>5. Чай с сахаром с лимоном</b> <b>6. Хлеб</b>	<b>100</b> <b>250/15</b> <b>150</b> <b>50/38</b> <b>200/15/7</b> <b>30</b>
<b>12-й день</b>	<b>1. Картофельное пюре с маслом</b> <b>2. Яйцо отварное</b> <b>3. Банан</b> <b>4. Чай с сахаром и лимоном</b>	<b>150/100</b> <b>1 шт.</b> <b>100</b> <b>200/15/7</b>