Утверждаю

Директор МКОУ

«Чонтаульская СОШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Магомедов А.М.

01.10.22

Циклическое меню на 12 дней

|  |  |
| --- | --- |
| Выход, гр. | **1 день** |
| 200 | Суп чечевичный |
| 50 | Салат из белокочанной капусты, моркови с зеленым горошком |
| 150 | Каша гречневая с маслом |
| 70 | Гуляш из говядины |
| 200/15 | Чай с сахаром |
| 80 | Хлеб |
|  | ***2 день*** |
| 200 | Суп молочный с макаронными изделиями |
| 80 | Хлеб |
| 200 | Какао со сгущенным молоком |
| 1 шт | Булка |
| 20 | Сыр |
|  |  |
|  | **3 день** |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями |
| 160 | Каша гречневая с маслом |
| 70 | Гуляш из говядины |
| 200/15 | Чай с сахаром |
| 80 | Хлеб |
| 40 | Печенье |
|  |  |
|  | ***4 день*** |
| 200 | Суп гороховый |
| 70 | Гуляш из говядины |
| 150 | Каша пшеничная с маслом |
| 200/15 | Чай с сахаром |
| 80 | Хлеб |
| 40 | Печенье |
|  | **5 день** |
| 200 | Суп рисовый с говядиной |
| 130 | Плов из птицы |
| 200/15 | Чай с сахаром |
| 80 | Хлеб |
| 130 | Яблоко |
| 30 | Вафля |
|  |  |
|  | ***6 день*** |
| 200 | Суп фасолевый |
| 120 | Макароны отварные |
| 70 | Гуляш из говядины |
| 200 | Какао со сгущенным молоком |
| 80 | Хлеб |
| 30 | Вафля |
|  | ***7 день*** |
| 200 | Суп гороховый |
| 60 | Винегрет овощной |
| 200/15 | Чай с сахаром |
| 80 | Хлеб |
| 140 | Банан |
| 40 | Печенье |
|  | ***8 день*** |
| 200 | Суп фасолевый |
| 150 | Плов из говядины |
| 200/15 | Чай с сахаром |
| 80 | Хлеб |
| 30 | Вафля |
| 100 | Яблоко |
|  | **9 день** |
| 200/10/5 | Борщ из свежей капусты, говядиной и сметаной |
| 150 | Каша пшеничная с маслом |
| 70 | Гуляш из говядины |
| 200/15 | Чай с сахаром |
| 80 | Хлеб |
|  | **10 день** |
| 200 | Суп чечевичный |
| 160 | Каша гречневая с маслом |
| 70 | Гуляш из говядины |
| 200/15 | Чай с сахаром |
| 80 | Хлеб |
| 30 | Вафля |
|  |  |
|  | **11 день** |
| 200 | Суп гороховый |
| 130 | Плов из птицы |
| 20 | Сыр (порциями) |
| 80 | Хлеб |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов |
| 100 | Яблоко |
| 1 шт | Булка |
|  | ***12 день*** |
| 200 | Суп фасолевый |
| 150 | Каша пшеничная с маслом |
| 70 | Гуляш из говядины |
| 200 | Какао со сгущенным молоком |
| 60 | Хлеб |
| 40 | Печенье |