

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
	<b>2 день</b>
200	Суп молочный с макаронными изделиями
80	Хлеб
200	Какао со сгущенным молоком
1 шт	Булка
20	Сыр
	<b>3 день</b>
200	Суп картофельный с макаронными изделиями
160	Каша гречневая с маслом
70	Гуляш из говядины
200/15	Чай с сахаром
80	Хлеб
40	Печенье
	<b>4 день</b>
200	Суп гороховый
70	Гуляш из говядины

150	Каша пшеничная с маслом
200/15	Чай с сахаром
80	Хлеб
40	Печенье
	<b>5 день</b>
200	Суп рисовый с говядиной
130	Плов из птицы
200/15	Чай с сахаром
80	Хлеб
130	Яблоко
30	Вафля
	<b>6 день</b>
200	Суп фасолевый
120	Макароны отварные
70	Гуляш из говядины
200	Какао со сгущенным молоком
80	Хлеб
30	Вафля
	<b>7 день</b>
200	Суп гороховый
60	Винегрет овощной
200/15	Чай с сахаром
80	Хлеб
140	Банан
40	Печенье
	<b>8 день</b>
200	Суп фасолевый
150	Плов из говядины
200/15	Чай с сахаром
80	Хлеб

30	Вафля
100	Яблоко
	<b>9 день</b>
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
	<b>10 день</b>
200	Суп чечевичный
160	Каша гречневая с маслом
70	Гуляш из говядины
200/15	Чай с сахаром
80	Хлеб
30	Вафля
	<b>11 день</b>
200	Суп гороховый
130	Плов из птицы
20	Сыр (порциями)
80	Хлеб
200	Компот из смеси сухофруктов
100	Яблоко
1 шт	Булка
	<b>12 день</b>
200	Суп фасолевый
150	Каша пшеничная с маслом
70	Гуляш из говядины
200	Какао со сгущенным молоком
60	Хлеб
40	Печенье