

1 неделя

№ рецепт уры	Понедельник (1 день)		Вторник (2 день)	
	Завтрак		Завтрак	
358 Сырники из творога	200гр		Масло сливочное	10 гр
Сыр "Российский"	20гр		340 Омлет натуральный	220гр
692 Кофейный напиток на молоке	200гр		Хлеб пшеничный 1 сорт	80гр
Хлеб пшеничный 1 сорт	80гр		685 Чай с сахаром	200 гр
Хлеб бородинский	60гр		Йогурт 1,5% - ный	110 гр
Яблоко	100гр		Хлеб бородинский	60гр
			Апельсин	100гр
			Обед	
78 Икра морковная	100 гр		43 Салат из белокочанной капусты	100 гр
181 Уха с перловой крупой	275гр		110 Борщ с капустой и картофелем	250гр
423 Бефстроганов	100гр		373 Рыба, припущенная в молоке	100 гр
332 Макароны отварные с маслом	200 гр		520 Пюре картофельное	200 гр
639 Компот из смеси сухофруктов	200 гр		643 Кисель из кураги	200 гр
Хлеб бородинский	60 гр		Хлеб пшеничный 1 сорт	100гр
Хлеб пшеничный 1 сорт	100 гр		Хлеб бородинский	120гр
			Четверг (4 день)	
			Завтрак	
97 Сыр "Российский"	20гр		366 Запеканка из творога	180гр
302 Каша вязкая геркулесовая	200гр		2 Бутерброд с повидлом	40гр
693 Какао с молоком	200гр		Хлеб пшеничный 1 сорт	65гр
Хлеб пшеничный 1 сорт	80гр		692 Кофейный напиток	200гр
Хлеб бородинский	60гр		Хлеб бородинский	60гр
Груша	100гр		Яблоко	100гр
			Обед	
78 Икра свекольная	100гр		71 Винегрет овощной	100гр
136 Суп картофельный со сладким перцем	250гр		181 Уха с перловой крупой	275гр
436 Жаркое по-домашнему	300гр		512 Рис припущенный	200гр
			Среда (3 день)	
			Завтрак	
97 Сыр "Российский"	20гр		366 Запеканка из творога	180гр
302 Каша вязкая геркулесовая	200гр		2 Бутерброд с повидлом	40гр
693 Какао с молоком	200гр		Хлеб пшеничный 1 сорт	65гр
Хлеб пшеничный 1 сорт	80гр		692 Кофейный напиток	200гр
Хлеб бородинский	60гр		Хлеб бородинский	60гр
Груша	100гр		Яблоко	100гр
			Обед	
78 Икра свекольная	100гр		71 Винегрет овощной	100гр
136 Суп картофельный со сладким перцем	250гр		181 Уха с перловой крупой	275гр
436 Жаркое по-домашнему	300гр		512 Рис припущенный	200гр

Сок в ассортименте	200гр	451 Котлеты, биточки, шницели	120гр
Хлеб пшеничный 1 сорт	100гр	705 Напиток из плодов шиповника	200гр
Хлеб бородинский	60гр	Хлеб бородинский	60гр
		Хлеб пшеничный 1 сорт	100гр
Пятница(5 день)			
Затрак			
Масло сливочное (порц)	10гр	3 Бутерброд с сыром	35гр
302 Каша манная вязкая на молоке	250гр	358 Сырники из творога	220гр
685 Чай с сахаром	200 гр	693 Какао с молоком	200 гр
Хлеб пшеничный 1 сорт	80гр	Хлеб пшеничный 1 сорт	65гр
Хлеб бородинский	60 гр	Груша	100гр
Апельсин	100гр	Хлеб бородинский	60гр
Обед			
52 Салат картофельный	100гр	25 Салат "Степной" из разных овощей	100гр
116 Борщ с фасолью и картофелем	250гр	124 Щи из свежей капусты с картофелем	250 гр
478 Запеканка картофельная с мясом	300гр	443 Плов	300гр
643 Кисель из кураги	200гр	707 Сок в ассортименте	200гр
Хлеб пшеничный 1 сорт	100гр	Хлеб бородинский	120гр
Хлеб бородинский	60гр	Хлеб пшеничный 1 сорт	100гр
		Хлеб бородинский	60гр

Рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий соответствует сборнику рецептов и кулинарных изделий для ПОП при общеобразовательных школах 2004 г.