

УТВЕРЖДАЮ

Директор образовательного учреждения

МБОУ Ульяновский лицей №100
Александр В.В. Обидин



УТВЕРЖДАЮ



МЕНЮ с 01.09.22г СОШ г. Ульяновск с 7-11 лет

Губернаторский лицей №100 для Медведевой Аделины 1 "А" класс

1 неделя понедельник

№	Наименование блюда	Выход, г
Завтрак		
-	Фрукты свежие (посезонно)	1шт
302	Каша рисовая на воде с малом сливочным	205
685	Чай с сахаром	200
-		

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	* Салат из свежих овощей "Ассорти"	60
139	Суп картофельный с бобовыми на раст масле	200
фирм	Крокеты "Школьные" тушеные 60/30 б/хлеба	90
	Картофель отварной с маслом слив	150
634	Компот из фруктовой ягодной смеси	200

Итого за 'Обед'

Итого за день

--	--	--

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Вторник

Завтрак

	Яблоко	1шт
302	Каша гречневая на воде маслом сливочным	205
685	Чай с сахаром	200
-		

Итого за 'Завтрак'

Обед

-	Фрукты свежие(посезонно)	1шт
124	Щи из свежей капусты	200
	Курица отварная	90
520	Картофельное пюре с маслом слив б/ молока	150
639	Компот из сухофруктов	200

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
Среда		
Завтрак		
	Картофель отварной с маслом сливочным	200
686	Чай с лимоном и сахаром	200
	Яйцо вареное	40,00
Итого за 'Завтрак'		
Обед		
фирм	*Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	60
сб 1982г	Суп картофельный	200
492	Плов с птицей	230
-	Сок фруктовый без консервантов	200
Итого за 'Обед'		
Итого за день		

№	Наименование блюда	Выход, г
Четверг		
Завтрак		
	Овощи порционно (посезонно)	30
478	Запеканка картофельная с мясом птицы	200
-	Сок фруктовый без консервантов	200
Итого за 'Завтрак'		
Обед		
71	Винегрет овощной	60
135	Суп из овощей на масле растит	200
451	Биточки "Детские" б/хлеба	90
330	Гороховое пюре с малом растит	150
639	Компот из сухофруктов	200
Итого за 'Обед'		
Итого за день		

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Пятница

Завтрак

-	Фрукты свежие (посезонно)	1шт
	Каша гречневая с маслом сливочным	150
685	Чай с сахаром	200
-		

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	*Салат "Солнышко"	60
132	Рассольник "Ленинградский"	200
Фирм	Рагу из птицы по-домашнему	250
-	Сок фруктовый без консервантов	200

Итого за 'Обед'

Итого за день

--	--	--

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Суббота

Завтрак

	Овощи порционно (посезонно)	60
461	Тефтели 60/30 б/хлеба	90
512	Рис припущенный с малом сливочным	150
686	Чай с лимоном и сахаром	200
-		

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	*Салат из капусты "Фасолька"	60
140	Суп картофельный	200
Фирм	Филе куриное отварное	90
508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150
639	Компот из сухофруктов	200

Итого за 'Обед'

Итого за день

--	--	--

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

2 неделя Понедельник

Завтрак

	Фрукт	шт
302	Каша пшеничная на воде с маслом растит	205
685	Чай с сахаром	200
-		

Итого за 'Завтрак'

Обед

43	*Салат из белокочанной капусты и моркови	60
139	Суп картофельный с бобовыми на масле раст	200
Фирм	Биточки "Тотоши" б/хлеба	90
516	Картофель отварной с маслом сливочным	150
-	Сок фруктово-ягодный	200

Итого за 'Обед'

Итого за день

--	--	--

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Вторник

Завтрак

	Картофель отварной маслом растит	180
685	Чай с сахаром	200
	Яйцо вареное	40

Итого за 'Завтрак'

Обед

20	*Салат из свежих помидор и огурцов	60
110	Борщ из св. капусты с карт.на масле раст	200
фирм	Гуляш 40/50 соус без муки	90
520	Картофельное пюре с маслом б/молока	150
639	Компот из сухофруктов	200
	Мармелад	30
		70

Итого за 'Обед'

Итого за день

--	--	--

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Среда

Завтрак

	Овоши порционно (посезонно)	50
фирм	Курица отварная с картофелем отварным	90/150
685	Чай с сахаром	200

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	Салат из отварной свеклы	60
сб 1982г	Суп картофельный	200
487	Птица порционная запеченная	90
330	Гороховое пюре с маслом сливочным	150
705	Напиток шиповника	200

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Четверг

Завтрак

	Морковь с сахаром	50
фирм	Каша на воде "Дружба" с маслом раст	205
648	Чай с сахаром	200

Итого за 'Завтрак'

Обед

-	Фрукты свежие (посезонно)	1шт
132	Рассольник "Ленинградский"	200
436	Жаркое по-домашнему	230
639	Компот из сухофруктов	200

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Пятница

Завтрак

-	Фрукты свежие(посезонно)	200
Фирм	Тефтели "Забава" 60/30 соус б/муки	90
фирм	Капуста отварная цветная с маслом сливочным	100
685	Чай с сахаром	200
-		

Итого за 'Завтрак'

Обед

71	Винегрет овощной	60
	Суп картофельный	200
фирм	Бефстроганов из курицы на масле растит б/муки	90
508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150
686	Чай с лимоном и сахаром	200

Итого за 'Обед'

Итого за день

№	Наименование блюда	Выход, г
---	--------------------	----------

Суббота

Завтрак

	Картофель отварной с маслом растит	150
101	Горошек зеленый порционно	35
685	Чай с сахаром	200
-		

Итого за 'Завтрак'

Обед

фирм	Салат "Бурячок" (свекла, зел горошек, яблоко)	60
124	Щи из свежей капусты на масле раст	200
505	Курица отварная	90
520	Картофельное пюре с маслом раст б/молока	150
639	Компот из сухофруктов	200

Итого за 'Обед'

Итого за день