

УТВЕРЖДАЮ

Директор образовательного учреждения

*МБОУ "Губернаторский лицей №100"*  
*В. В. Обласов*



УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Город Кафе"

Кочарев С. К.



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

Губернаторский лицей №100 для Урмеева Эмира 1/1 А" класс

I неделя понедельник

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

**Завтрак**

-	Фрукты свежие (посезонно)	1шт
302	Каша овсяная на воде с маслом растит	205
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

фирм	* Салат из свежих огурцов	60
139	Суп картофельный с бобовыми на раст масле	200
фирм	Крокеты "Школьные" тушеные б/томата на раст масле 60/30	90
516	Макароны отварные с маслом растит	150
685	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

--	--	--

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

**Вторник**

**Завтрак**

	Яблоко	1шт
302	Каша гречневая на воде маслом растит	205
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

-	Фрукты свежие( посезонно) яблоко	1шт
	Суп картофельный на растит масле	200
	Курица отварная	90
520	Картофельное пюре с маслом раст б/ молока	150
685	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

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

**Среда**

**Завтрак**

	Макароны отварным маслом растит	200
686	Чай с сахаром	200
Фирм	Булочка детская	50

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

фирм	*Салат из картофеля с зеленым горошком	60
сб 1982г	Суп картоф клецками на масле растит	200
492	Плов с птицей на масле растит	230
-	Сок фруктовый осветвленный	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

--	--	--

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

**Четверг**

**Завтрак**

	Овоши порционно (посезонно)	30
478	Запеканка картофельная с мясом птицы на масле растит	200
-	Сок фруктовый осветвленный	200
-	Хлеб пшеничный	60

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

71	Огурец свежий порционно	60
135	Суп из овощей на масле растит б/ капусты	200
	Курица отварная	90
330	Гороховое пюре с малом растит	150
685	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

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

**Пятница**

**Завтрак**

-	Фрукты свежие ( посезонно) яблоко	1шт
	Каша гречневая с маслом растит	150
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

фирм	*Салат из моркови с сахаром	60
132	Рассольник "Ленинградский" на масле растит	200
Фирм	Рагу из птицы по-домашнему на масле растит	250
-	Сок фруктовый осветвленный	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

--	--	--

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

**Суббота**

**Завтрак**

	Овощи порционно ( посезонно)	60
	Курица отварная	90
512	Рис припущенный с малом растит	150
686	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

фирм	*Салат из фасоли с маслом растит	60
140	Суп лапша домашняя с картофелем на масле растит	200
Фирм	Филе куриное отварное	90
508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растит	150
685	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

\*Примечание : Замена посезонно (ЗП)

570	Маринад овощной	60
-----	-----------------	----

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

**2 неделя Понедельник**

**Завтрак**

	Фрукт	шт
302	Каша пшеничная на воде с маслом растит	205
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

43	*Салат из моркови с сахаром	60
139	Суп картофельный с бобовыми на масле раст	200
Фирм	Биточки "Тотоши" на масле растит	90
516	Макаронные отварные с маслом растит	150
-	Сок фруктово-ягодный осветвленный	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

--	--	--

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

**Вторник**

**Завтрак**

	Картофель отварной маслом растит	180
685	Чай с сахаром	200
Фирм	Булочка Ванильная б/молока и яиц	50

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

20	*Салат из огурцов с малом растит	60
110	Суп картофельный на масле растит	200
фирм	Гуляш 40/50 соус без томата	90
520	Картофельное пюре с маслом растит б/молока	150
635	Чай с сахаром	200
	Мармелад	30
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

\*Примечание : Замена посезонно (ЗП)

	Овощи порционно ( посезонно)	60
--	------------------------------	----

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

**Среда**

**Завтрак**

	Овощи порционно ( посезонно)	50
фирм	Паста по-симбирски на масле растит б/томата	200
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	60

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

фирм	Салат из огурцов маслом растит	60
сб 1982г	Суп картофельный клецками на масле растит	200
487	Птица порционная запеченная	90
330	Гороховое пюре с маслом растит	150
635	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

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

**Четверг**

**Завтрак**

	Булочка деткая	50
фирм	Каша на воде "Дружба" с маслом раст	205
635	Чай с сахаром	200

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

-	Фрукты свежие ( посезонно) яблоко	1шт
132	Рассольник "Ленинградский" без сметаны	200
	Курица отварная с картофелем отварным	90/150
635	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**

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

**Пятница**

**Завтрак**

-	Фрукты свежие(посезонно)	200
Фирм	Тефтели "Забава" 60/30	90
фирм	Картофель отварной с малом растит	100
685	Чай с сахаром	200
-	Хлеб пшеничный	50

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

	Огурец свежий порционно	60
140	Суп лапша домашняя с картофелем на масле растит	200
фирм	Бефстроганов из курицы на масле растит б/сметаны	90
508	Каша гречневая рассыпчатая с маслом раст	150
686	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**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
-	Хлеб пшеничный	60

**Итого за 'Завтрак'**

**Обед**

фирм	Салат (, зел горошек, яблоко)	60
124	Суп картофельный маслом растит	200
505	Кнели паровые б/масла сливочного	90
520	Картофельное пюре с маслом раст б/молока	150
635	Чай с сахаром	200
	Хлеб ржано-пшеничный	70

**Итого за 'Обед'**

**Итого за день**