

Утверждаю
 Директор МАОУ "УТЛ"
 А.С. Шаркова
 "15" августа 2022г.

Примерное 2-х недельное меню					
ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА
1-я неделя					
Макароны с сыром (200гр)	Плов из свинины (или курицы) 250гр.	Пюре картофельное 200гр.	Гречка отварная 180гр.	Макароны отварные 180гр.	Омлет с сосиской 150гр.
Булочка	Доп.гарнир:(огурец св. 40гр.,помидор св. 40гр.,огурец консерв 40гр.)	Котлета или биточек рыбный 100гр.	Гуляш из говядины или индейки 120гр.,свинины 75/100гр.	Котлета Школьная или Домашняя,Куриная,Тефтел и 100гр.	Булочка
Горошек консервированный (40 гр.)	Хлеб пшеничный или рж/пшенич 30гр.	Икра кабачковая 40гр.	Чай с сахаром или компот из с/фруктов 200гр.	Сок или морс ягодный 200гр.	Сок 0,2 или чай с сахаром
Какао с сг.молоком (200 гр)	Компот из св.фруктов или ягод 200гр.	Хлеб пшеничный или рж/пшенич 30гр.	Хлеб пшеничный или рж/пшенич 30гр.	Хлеб пшеничный или рж/пшенич 30гр.	Фрукты св.
Йогурт		Сок или морс ягодный 200гр.	Фрукты св.	Доп.гарнир:(огурец св. 40гр.,помидор св. 40гр.,огурец консерв 40гр.)	

2-я неделя					
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Запеканка из творога или пудинг с морковью или изюмом 150гр.	Жаркое по домашнему 250гр.	Рис отварной 180гр	Макароны отварные 180гр.	Рагу овощное 180гр.	Каша молочная 200гр.
Чай или какао с сг.молоком 200гр	Доп.гарнир:(огурец св. 40гр .,помидор св. 40гр.,огурец консерв 40гр.)	Рыба запеченная с яйцом 100гр.	Сосиска отварная 70гр. или колбаса отварная 100гр.	Котлета Школьная или Домашняя,Куриная,Тефтел и 100гр.	Булочка
Булочка	Компот из св.фруктов или ягод 200гр.	Доп.гарнир:(огурец св. 40гр .,помидор св. 40гр.,огурец консерв 40гр.)	Икра кабачковая 40гр.	Хлеб пшеничный или рж/пшенич 30гр.	Сок 0,2
Джем или мол.сгущенное 40гр.	Хлеб пшеничный или рж/пшенич 30гр.	Сок 0,2 или чай с сахаром	Хлеб пшеничный или рж/пшенич 30гр.	Чай с сахаром или компот из с/фруктов 200гр.	Яйцо отварное
		Фрукты св.	Сок или морс ягодный 200гр.		Фрукты св.