

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

<b>Примерное 2-х недельное меню</b>					
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>	<b>ВТОРНИК</b>	<b>СРЕДА</b>	<b>ЧЕТВЕРГ</b>	<b>ПЯТНИЦА</b>	<b>СУББОТА</b>
<b>1-я неделя</b>					
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**

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