Компоновка блюд меню горячих завтраков для учащихся с 7 до 11 лет (1-4 класс), 11-18 лет (5-11 класс)1-10 день

День1	*День 2*	*День 3*	*День 4*	*День 5*
Завтрак Изделия колбасные отварные 1/73,5/98 Макароны отв. с маслом слив. 1/110/145 Соус томатный по-кубански 1/30/30 Салат из б/к . кап.1/100/100 с 01.03. овощи консервир. или кваш. порционно 1/50/50 Хлеб пшеничный 1/ 35/50 Хлеб ржаной 1/25/35 Компот из с/фр. 1/150/200	**Завтрак** **Запеканка творожная с повидлом. 1/140(130/10)/1/175/(160/15)** Хлеб пшеничный 1/38/50 Масло слив. порц. 1/10/12 Какао с молоком 1/200/200 Яблоко 1/150/150 Доп. Питание- молоко 200/200	**Завтрак** Икра свекольная 1/70/70 Рыба тушеная в томате с овощами 1/80(50/30)/1/120(80/40) Пюре картофельное 1/150/150 или картофель отварной 1/105/155 Хлеб пшеничный 1/35/50 Хлеб ржаной 1/25/35 Сыр порц. 1/10/9,8 Чай черный с сахаром 1/200/200	**Завтрак** Плов из птицы 1/172(52/120)1/172(52/120) овощи свеж. или кваш., или консерв. порционно 1/50/100 Хлеб пшеничный 1/35/50 Хлеб ржаной 1/25/35 Сок 1/165/165 Доп. Питание- продукт кисломолочный 1/180/195	**Завтрак** Котлета, или биточек, или шницель 1/80/80 Пюре картофельное 1/150/150 или картофель отварной 1/105/155 Соус томатно-смет. 1/30/30 Салат из свеклы отварной 1/100/100 Хлеб пшеничный 1/30/36 Хлеб ржаной 1/25/35 Чай 1/200/200 Яблоко 1/150/150
День 6	*День 7*	*День 8*	*День 9*	*День 10*
Завтрак Гуляш 1/80(40/40)/1/100(50/50) Каша вязкая с масл. слив. 1/130/145 овощи свеж. или кваш., или консервир. порционно 1/50/80 Хлеб пшеничный 1/35/50 Хлеб ржаной 1/25/40 Сок 1/165/165	**Завтрак** Омлет натуральный 1/125/125 Салат из капусты 1/100/100 (до 01.03) Овощи свеж. или кваш., или консервир. порционно 1/50/50 Хлеб пшеничный 1/35/50 Хлеб ржаной 1/25/40 Сыр порционно 1/15/9,8 Масло слив. порц. 1/10/15 Какао с молоком 1/200/200 Дополнительное питание: молоко 1/200/200	**Завтрак** Котлета или биточек рыбный 1/80/80 Пюре картофельное 1/150/150 или картофель отварной 1/105/155 Соус томатно-сметанный 1/30/30 Огурец или помидор свеж (или квашеный) 1/50/50 Хлеб пшеничный 1/00/37 Хлеб ржаной 1/25/40 Сок 1/170/170	**Завтрак** Тефтели 1/70/70 Рагу овощное 1/150/--- Картофель и овощи тушен. в соусе 1/---/180 Хлеб пшеничный 1/ 35/50 Хлеб ржаной 1/25/40 Компот из с-фр. 1/150/200 Яблоко 1/200/200 Доп. Питание- продукт кисломолочный 1/185/195	**Завтрак** Каша молочная жидкая на ц/мол. 1/150/200 Сыр 1/--/9,8 Масло слив. порц. 1/10/10 Чай с молоком 1/200/200 Хлеб пшеничный 1/40/50 Изделие конд. мучное 1/15/22,5