**Меню завтраков для обучающихся 1-х; 5 - 9-х классов МБОУ «ООШ с. Бас-Гордали»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название блюда** | **1 класс** | **5 - 9 классы** |
|  | **Выход (вес) порции**  **(мл или гр)** | **Выход (вес) порции**  **(мл или гр)** |
| **1 НЕДЕЛЯ** |  |  |
| **Понедельник** |  |  |
| Суп молочный с макаронными изделиями | **200** | **220** |
| Чай [<\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **200** | **200** |
| Сыр (Российский и др.) | **15** | **15** |
| Масло сливочное | **10** | **10** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Итого | **455** | **475** |
| **Вторник** |  |  |
| Омлет натуральный | **140** | **160** |
| Морковь тертая с р/м | **60** | **80** |
| Кофейный напиток | **200** | **200** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Масло сливочное | **10** | **10** |
| Сыр (Российский и др.) | **15** | **15** |
| Итого | **430** | **495** |
| **Среда** |  |  |
| Запеканка рисовая | **200** | **220** |
| Кисель из ягод (замороженных или свежих) | **200** | **200** |
| Йогурт порционный | **125** | **125** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Итого | **555** | **575** |
| **Четверг** |  |  |
| Сырники творожно-морковные с соусом молочным | **200/15** | **220/20** |
| Какао с молоком | **200** | **200** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Масло сливочное | **10** | **10** |
| Итого | **455** | **480** |
| **Пятница** |  |  |
| Тефтели рыбные | **80** | **100** |
| Картофельное пюре | **150** | **180** |
| Компот из сухофруктов | **200** | **200** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Итого | **460** | **510** |
| **2 НЕДЕЛЯ** |  |  |
| **Понедельник** |  |  |
| Каша манная молочная | **200** | **220** |
| Сыр (Российский и др.) | **15** | **15** |
| Чай с лимоном [<\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **200/7** | **200/7** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Масло сливочное | **10** | **10** |
| Итого | **462** | **482** |
| **Вторник** |  |  |
| Биточки (мясо или птица) | **80** | **100** |
| Макаронные изделия отварные | **150** | **180** |
| Какао с молоком | **200** | **200** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Масло сливочное | **10** | **10** |
| Итого | **470** | **520** |
| **Среда** |  |  |
| Кукуруза консервированная отварная | **25** | **30** |
| Омлет натуральный | **140** | **160** |
| Кофейный напиток | **200** | **200** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Сыр (Российский и др.) | **15** | **15** |
| Итого | **410** | **435** |
| **Четверг** |  |  |
| Каша вязкая молочная из пшеничной крупы | **200** | **220** |
| Чай [<\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **200** | **200** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Масло сливочное | **10** | **10** |
| Сыр (Российский и др.) | **15** | **15** |
| Итого | **455** | **475** |
| **Пятница** |  |  |
| Тефтели (мясо или птица) | **80** | **100** |
| Каша гречневая рассыпчатая | **150** | **180** |
| Овощи свежие в нарезке | **60** | **80** |
| Сок фруктовый | **200** | **200** |
| Хлеб [<\*\*>](https://sudact.ru/law/mr-240179-20-24-gigiena-detei-i-podrostkov/prilozhenie-2/variant-2/) | **30** | **30** |
| Итого | **520** | **590** |