Утверждаю
И.О. директора МКОУ "Средняя общеобразовательная школа № 487
_____
приказ от 08 2022г № 487

день 1	день 2	день 3	день 4	
Завтрак	**Завтрак**	**Завтрак**	**Завтрак**	**Завтрак**
Каша из овсяных хлопьев молочная с маслом сливочным Какао с молоком Батон йодированный с сыром с маслом 10.00- сок	Каша пшенная молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Батон йодированный с маслом с сыром 10.00 – сок	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Какао с молоком Батон йодированный с маслом 10.00 – фрукты	Каша ячневая молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Батон йодированный сыром с маслом сливочным 10.00 – фрукты	Каша гречневая молочная со сливочным маслом Какао с молоком Батон йодированный с маслом 10.00 – фрукты
Обед	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**
Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне Котлета из мяса говядины Рагу из овощей с молочным соусом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Свекольник со сметанной Запеканка картофельная с мясом кур Соус молочный с овощами Компот из кураги и изюма Хлеб ржаной	Рассольник «Ленинградский» со сметаной Греча с овощами Котлета из мяса говядины Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Суп гороховый на курином бульоне Суфле из мяса кур Капуста тушеная Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Щи на мясном бульоне со сметаной Бефстроганов из отварного мяса говядины в молочно-сметанном соусе Картофель отварной Компот из яблок чернослива Хлеб ржаной
Уплотненный полдник	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**
Запеканка из творога Сгущенное молоко Салат из моркови с изюмом с растительным маслом Пряник Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Тефтели рыбные Салат из отварной моркови с изюмом Хлеб пшеничный Чай с сахаром	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом с растительным маслом Запеканка из творога Повидло Хлеб пшеничный	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом с растительным маслом Суфле рыбное Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Омлет Салат из отварного картофеля с зеленым горошком с растительным маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный с повидлом

день 6	день 7	день 8	день 9	день 10
Завтрак	**Завтрак**	**Завтрак**	**Завтрак**	**Завтрак**
Каша рисовая молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Батон йодированный с сыром 10.00 – сок	Каша манная молочная Какао с молоком Батон йодированный с маслом сливочным 10.00 – сок	Каша из гречи и риса «ассорти» молочная с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Батон с маслю сливочным 10.00 – фрукты	Каша «дружба2» рис, пшено молочная с маслом сливочным Какао с молоком Батон йодированный с маслом сливочным 10.00 – фрукты	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным Кофейный напиток Батон йодированный с маслом с сыром 10.00 – фрукты
Обед	**Обед**	**Обед**	**Обед**	**Обед**
Борщ со сметаной на мясном бульоне Запеканка картофельная с отварным мясом говядины Соус сметанный Компот из с/ф и шиповника Хлеб ржаной	Суп овощной со сметанной на куринном бульоне Плов из мяса кур Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Суп крестьянский со сметаной Гуляш из мяса говядины Макароны отварные с маслом сливочным Компот из кураги и изюма Хлеб ржаной	Суп рассольник на курином бульоне Биточки из мяса кур Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Уха рыбацкая Бифштекс рубленый из мяса говядины Рагу из овощей Компот из с/ф Хлеб ржаной
Уплотненный полдник	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**	**Уплотненный полдник**
Запеканка из творога Джем Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Салат из отварного картофеля с соленным огурцом Тефтели рыбные Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Запеканка морковная с творогом запеченная Салат из свежей огурцов с растительным маслом Сгущенное молоко Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Суфле рыбное Салат из свежих помидор с растительным маслом Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Омлет Винегрет с маслом Пряник Чай с сахаром Хлеб пшеничный