Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа д. Авдеево
Пудожского муниципального района Республики Карелия
(МКОУ СОШ д. Авдеево)
186181 Пудожский район д. Авдеево д. 93А тел/факс 3-64-67 e-mail: avdeevo1@yandex.ru
ИНН 1015004183 КПП 101501001 ОГРН:1021001047430

Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ д. Авдеево
_____ Е.Н.Ермакова
«20» августа 2020 г.

Примерное двухнедельное меню (завтрак) для обучающихся общеобразовательных учреждений

1 неделя		
Название блюда	Выход (вес) порции (1-4 классы)	Выход (вес) порции (5-9 классы)
ПОНЕДЕЛЬНИК		
Омлет натуральный с колбасой	200/46	200/46
Зеленый горошек отварной консервированный	25	
Кофейный напиток	200	200
Хлеб	30	30
Фрукт/сок/йогурт	100-200	
ВТОРНИК		
Рыба припущенная	100	100
Картофельное пюре	180	180
Чай сладкий с лимоном	200/10/7	200/10/7
Хлеб	30	30
Фрукт/сок/йогурт	100-200	
СРЕДА		
Запеканка творожная с изюмом с соусом (молоко сгущенное)	200/20	220/20
Чай сладкий	200/10	200
Хлеб	30	30
ЧЕТВЕРГ		
Биточки (мясо или птица)	100	100
Макаронные изделия	180	180
Чай сладкий с лимоном	200/10/7	200/10/7
Хлеб	30	30
Фрукт/сок/йогурт	100-200	
ПЯТНИЦА		
Жаркое по - домашнему с мясом	200	200
Чай сладкий	200/10	200/10
Хлеб	30	30
Фрукт/сок/йогурт	100-200	
2 неделя		
ПОНЕДЕЛЬНИК		
Запеканка рисовая со	200	200

сгущенным молоком		
Какао с молоком	200	200
Чай сладкий с лимоном	200/7	200/7
Фрукт/сок/йогурт	100-200	
ВТОРНИК		
Биточки (мясо или птица)	100	100
Рис	180	180
Чай сладкий с лимоном	200/10/7	200/10/7
Хлеб	30	30
Фрукт/сок/йогурт	100-200	
СРЕДА		
Плов из птицы	200	200
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб	30	30
Фрукт/сок/йогурт	100-200	
ЧЕТВЕРГ		
Печень по- строгановски	80	80
Картофельное пюре	200	200
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб	30	30
Фрукт/сок/йогурт	100-200	
ПЯТНИЦА		
Котлета рубленая (мясо или птица)	100	100
Каша гречневая рассыпчатая	180	180
Хлеб	30	
Компот из плодов сухих	200	200
Фрукт/сок/йогурт	100-200	