

**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ  
УЧАЩИХСЯ 1-4 классов**

<b>№ рецептур</b>	<b>Наименование блюд</b>	<b>Масса порции, г</b>
<b>Неделя: первая</b>		
<b>1-день</b>		
<b>14М</b>	масло сливочное	10
<b>15М</b>	сыр порционный	20
<b>120М</b>	суп молочный с макаронными изделиями	200
<b>376М</b>	Чай с сахаром	200/15
	хлеб пшеничный	40
	фрукты*	150
<b>2-день</b>		
<b>211М</b>	омлет с сыром	150
<b>С</b>	овощная закуска	60
<b>378М</b>	чай с молоком	200
	кондитерское изделие	30
	хлеб пшеничный	40
<b>3-день</b>		
<b>278М</b>	тефтели из говядины	80/66
<b>125М</b>	картофель отварной	150
<b>С/71М</b>	овощи свежие **	60
<b>377М</b>	отвар из шиповника(чай с лимоном 1 вариант)	200
	батон йодированный	20
	зефир	10
<b>4-день</b>		
<b>15М</b>	сыр порционный	15
<b>222М</b>	пудинг из творога запеченный/со сгущенным молоком	140
<b>382М</b>	какао напиток на молоке	200
	хлеб пшеничный	40
	фрукты*	150
<b>5-день</b>		
<b>260М</b>	гуляш из говядины	80/80
<b>312М</b>	картофельное пюре	150
<b>С/71М</b>	овощи свежие **	60
<b>377М</b>	чай с лимоном	200
	хлеб пшеничный	40
	кондитерское изделие	30
<b>Неделя: вторая</b>		
<b>6-день</b>		
<b>239М</b>	тефтели рыбные	80/48
<b>171М</b>	<b>каша пшеничная</b>	150
<b>С/71М</b>	овощи свежие **	60
<b>382М</b>	какао напиток на молоке	200

	хлеб пшеничный	40
	пастила	15
<b>7-день</b>		
<b>224М</b>	Запеканка из творога с морковью/со сгущенным молоком	140
<b>376М</b>	Чай с сахаром	200/15
	хлеб пшеничный	40
	фрукты*	150
<b>8-день</b>		
<b>255М</b>	печень по-страгоновски	80/80
<b>304М</b>	рис отварной	150
<b>С/71М</b>	овощи свежие **	60
<b>379М</b>	кофейный напиток с молоком	200
	хлеб пшеничный	40
	кондитерское изделие	30
<b>9-день</b>		
<b>295М</b>	Котлеты рубленые из бройлер - цыплят с соусом сметанным	80/48
<b>203 М</b>	макаронные изделия отварные	150
<b>С/71М</b>	овощи свежие **	60
<b>378М</b>	чай с молоком	200
	батон йодированный	20
	пастила	15
<b>10-день</b>		
<b>14М</b>	масло сливочное	10
<b>15М</b>	сыр порционный	15
<b>175М</b>	каша вязкая молочная из риса и пшена	200/5
<b>376М</b>	Чай с сахаром	200/15
	хлеб пшеничный	40
	фрукты *	150