УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 5
г. Амурска
Е.А.Михайлюк
01 марта 2021 г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ КОМПЛЕКСНЫЕ ОБЕДЫ МБОУ СОШ № 5

Осенне – весенний период, возрастная группа с 7 ДО-11 лет с ОВЗ

Сборник рецептур и кулинарных изделий 2008г. (Пермь),сборник рецептур Санкт-Петербург 2003г.

День 1			**День 2**			**День 3**			**День 4**			**День 5**		
	Выход	**№ к/к**		**Выход**	**№ к/к**		**Выход**	**№ к/к**		**Выход**	**№ к/к**		**Выход**	**№ к/к**
Обед			**Обед**			**Обед**			**Обед**			**Обед**		
Салат из свежих помидор и огурцов	1/80	18с/р2008г.	Салат с свежих огурцов	1/80	20с/р2008г.	Салат с .свеклы. с сыр. с чесн.	1/80	68с/р2003г.	Салат из св.помидор.и сл.перца	1/80	21с/р2008г.	Салат картофельный	1/80	32с/р2008г.
Рассольник «Ленинград» со сметаной.	1/200/10	154с/р2003г.	Суп гороховый	1/200	162/3с/р2003г.	Щи из св.кап.со смет.	1/200/10	145/3с/р2003г.	Суп кар.с мясными фрикодельками	25/200	71с/р2008г.	Борщ со св.капустой	1/200	132с/р2003г.
Котлета мясная	1/90	466с/р2003г.	Гуляш мясной	90/50	443/р2003г.	Жаркое по-домашнему	200/50	442/3с/р2003г.	Биточки мясные	1/80	416	Куры отварные порционны	1/100	212с/р2008г.
Макаронные изд. отв. с маслом сл.	150/10	299с/р2003г.	Картофельное пюре с маслом слив.	1/150/10	525/3с/р2003г.	Компот чернослив	1/200	644с/р2003г.	Рагу овощное	200/5	233/3с/р2003г.	Рис отварн. с масл.сл.	1/150/10	537с/р2003г.
Компот с с/ф	1/200	644/с/р2003г.	Компот с кураги	1/200	644/с/р2003г.	Хлеб йодирован. пшеничный	2/40	ИП Каравай	Компот с изюмом	1/200	644/3с/р2003г.	Кисель концентрир фрукт.	1/200	651с/р2003г.
Хлеб йодированный пшеничный	2/40	ИП Каравай	Хлеб ржаной	2/20	ИП Каравай				Хлеб йодированный пшен.	2/40	ИП Каравай	Хлеб ржаной	2/20	ИП Каравай

День 6			День 7			День 8			День 9			День 10		
	Выход	к/к		Выход	к/к		Выход	к/к		Выход	к/к		Выход	к/к
Обед			**Обед**			**Обед**			**Обед**			**Обед**		
Салат свежих помидор и огурцов	1/80	18с/р2008г.	Салат свежей капусты	1/80	61с/р2003 г.	Винегрет овощной	1/80	1с/р2008г.	Салат свекла с чесноком	1/80	28с/р2008г.	Салат Новинка	1/80	50с/р2008г.
Рассольник «Ленинград»	1/200	154с/р2003г.	Суп картоф. макар.изделиями	1/200	163/3с/р2003г.	Борщ со св.капустой со сметаной	1/200/10	132с/р2003г.	Суп картоф.с Крупой с курицей	1/200/25	160/3с/р2003г.	Суп картоф. гороховый	1/200	162/3с/р2003г.
Гуляш мясной	90/50	443с/р2003г.	Тефтели тушеные в соусе	80/50	473/3с/р2003г.	Кнели из курицы	1/90	208с/р2008г.	Шницель мясн.	1/90	466с/р2003г.	Жаркое по домашнему	250/50	445/3с/р2003г.
Рис отварной рассыпчатый	1/150	224с/р2008г.	Картофельное пюре.	1/150	525с/р2003г.	Каша пшеничная с с маслом слив.	150/10	284ср2003г.	Гречка отварная.	150	219с/р2008г.			
Компот с шиповника	1/200	720с/р2003г.	Компот с сухофруктов	1/200	644/3с/р2003г.	Компот с кураги	1/200	644с/р2003г.	Соус красный основной	1/50	580с/р2003г.	Компот с изюма	1/200	644/с/р2003
Хлеб иод.пшен.	2/40	ИП Каравай	Хлеб йод.пшеничный	2/40	ИП Каравай	Хлеб йод.пшеничный	2/40	ИП Каравай	Компот с чернослива	1/200	280	Хлеб йод.пшеничный	2/40	ИП Каравай
									Хлеб йод. пшеничный	2/40	ИП Каравай			

День 11			День 12		
	Выход	к/к		Выход	к/к
Обед			**Обед**		
Салат свежих помидор и огурцов	1/80	18с/р2008г.	Салат свежей капусты	1/80	61с/р2003г.
Суп с клецками, с курицей	1/200	.167с/р2003г.	Борщ св.капусты	1/200	132/3с/р2003г.
Рыба туш.в томате с овощами	90/50	344с/р2003г..	Печень тушен.в соусе	90/50	473/3с/р2003г.
Картофельное пюре с м.сл	1/150	525с/р2003г..	Рожки отварные	1/150	299с/р2003г.
Компот с шиповника	1/200	720с/р2003г.	Компот с сухофруктов	1/200	644/3с/р2003г.
Хлеб иод.пшен.	2/40	ИП Каравай	Хлеб йод.пшеничный	2/20	ИП Каравай

Шеф-повар Л.В. Попова