Примерное меню завтраков для обучающихся начальных классов с 01.11.2026 год.

Наименование блюда		
	Выход (вес) порции (мл или гр)	
1 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Каша пшенная молочная	150	
Масло сливочное	10	
Сосиска отварная	40	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	20	
Фрукт (яблоко)	100	
Итого	**535**	**157-58**
Вторник		
Биточки куриные с соусом (50/65) с макаронами отварными (150)	115/150	
Сок 1 л.	200	
Хлеб пшеничный	35	
Итого	**500**	**157-58**
Среда		
Каша рисовая молочная	200	
Масло сливочное	10	
Чай с сахаром	200/15	
Бутерброд с сыром	20/30	
Кондитерское изделие (Чоко Пай) 1 шт.	30	
Итого	**505**	**157-58**
Четверг		
Котлета куриная с соусом (50/30) с гречей отварной (150)	80/150	
Компот из яблок	200/15	
Хлеб пшеничный	20	
Кондитерское изделие (Вафли) 2 шт.	40	
Итого	**505**	**157-58**
Пятница		
Колбаса отварная с соусом (50/65) с макаронами отварными (150)	115/150	

Сок 0,2 л. 1 шт.	1/200	
Хлеб пшеничный	35	
Итого	**500**	**157-58**
2 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Каша «Дружба» молочная (рис, пшено)	150	
Масло сливочное	10	
Яйцо вареное 1 шт.	40	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	20	
Кондитерское изделие (Вафли) 2 шт.	65	
Итого	**500**	**157-58**
Вторник		
Тефтели куриные с соусом (60/50) с гречей отварной (150)	110/150	
Компот из яблок	200/15	
Хлеб пшеничный	20	
Кондитерское изделие (Чоко-Пай) 1 шт.	30	
Итого	**525**	**157-58**
Среда		
Макаронные изделия с тертым сыром	150/20	
Чай с сахаром	200/15	
Бутерброд с повидлом	20/30	
Фрукт (Яблоко и др.)	100	
Итого	**535**	**157-58**
Четверг		
Котлета куриная с соусом (50/30) с макаронами отварными (150)	80/150	
Компот из изюма	200/15	
Хлеб пшеничный	20	
Бутерброд с сыром	20/30	
Итого	**515**	**157-58**
Пятница		
Сосиска отварная с соусом с картофельным пюре	40/60/150	
Сок 1 л.	1/200	
Хлеб пшеничный	30	
Кондитерское изделие (Вафли) 1 шт.	20	
Итого	**500**	**157-58**