**Примерное меню завтраков для обучающижся 1-4 классов**

 **МКОУ «Ашалинской ООШ» на 2020-2021 уч.год**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название блюда** | **Выход (вес)порции****(мл или гр)** |
|  1неделя |  |
| **Понедельник** |  |
| Каша манная | 200 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 30 |
| Масло сливочное | 15 |
| **Итого** | **445** |
| **Вторник** |  |
| Суп макаронный | 200 |
| Чай  | 200 |
| Хлеб | 30 |
| Фрукты | 100 |
| **Итого** | **530** |
| **Среда** |  |
| Суп тефтеловый | 200 |
| Хлеб  | 50 |
| Какао с молоком | 200 |
| **Итого** | **450** |
| **Четверг** |  |
| Каша рисовая | 200 |
| Хлеб | 30 |
| Масло сливочное | 10 |
| фрукты | 100 |
| Чай | 200 |
| **Итого** | **540** |
| **Пятница** |  |
| Пирожки с картошкой | 200 |
| Чай | 200 |
| Йогурт | 125 |
| **Итого** | **525** |
| **Суббота** |  |
| Каша гречневая | 200 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 30 |
| Овощи свежие | 100 |
| **Итого** | **530** |
| 2 неделя |  |
| **Понедельник** |  |
| Борщ со сметаной | 200 |
| Хлеб | 80 |
| Чай | 200 |
| Фрукты | 100 |
| **Итого** | **580** |
| **Вторник**  |  |
| Суп рисовый с картофелем | 200 |
| Хлеб  | 80 |
| Кофейный напиток | 200 |
| **Итого**  | **480** |
| **Среда** |  |
| Тефтели мясные | 100 |
| Хлеб  | 70 |
| Компот из сухофруктов | 200 |
| Фрукты  | 100 |
| **Итого**  | **470** |
| **Четверг**  |  |
| Соус с картошкой | 200 |
| Хлеб  | 50 |
| Чай  | 200 |
| Овощи  | 100 |
| **Итого**  | **550** |
| **Пятница**  |  |
| Плов с мясом | 200 |
| Какао с молоком | 200 |
| Хлеб  | 50 |
| Фрукты  | 100 |
| **Итого**  | **550** |
| **Суббота**  |  |
| Пирожки с картошкой | 200 |
| Масло сливочное | 50 |
| Чай | 200 |
| Сыр  | 20 |
| **Итого**  | **470** |

**Директор школы Хайбулаев Х.И**