

«СОГЛАСОВАНО»

с родительским комитетом
МБОУ Рудниковская СОШ
Председатель комитета

 Степанова Н.Н.

«01» 09 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ Рудниковской СОШ
Торжокского района Тверской области

 Титова М.В.

«01» 09 2020 г.
Приказ по школе № 81А

**10-дневное меню обедов для обучающихся 1-4 и 5-11 классов
в школьной столовой МБОУ Рудниковская СОШ
на 2020-2021 учебный год**

составлено на основании методических рекомендаций МР 2.4.0179-20 «Организация питания обучающихся в общеобразовательных организациях», утвержденное Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 18 мая 2020 года.

Название блюда	1-4 классы	5-11 классы
	Выход (вес) порции (мл или гр)	Выход (вес) порции (мл или гр)
1 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Салат зеленый с помидорами с р/м	60	60
Суп гороховый	250	250
Биточки (мясо, птица)	80	100
Макаронные изделия отварные	150	180
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30
Итого	790	840
Вторник		
Огурцы свежие (или соленые) в нарезке	60	60
Борщ со сметаной	250/10	250/10
Рыба припущенная	80	100
Картофель отварной (запеченный)	150	180
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30
Итого	800	850
Среда		
Салат из свежих овощей с р/м	60	60
Суп вермишелевый с фрикадельками	250	250
Сосиски отварная	100	100
Гречка отварная рассыпчатая	150	180
Какао на молоке	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30
Итого	810	840
Четверг		
Помидор свежий (или соленый) в нарезке	60	60
Щи из свежей капусты	250	250
Плов из птицы	200	250
Кофейный напиток на молоке	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30
Итого	760	810
Пятница		
Салат из моркови с яблоком с р/м	60	60
Суп с рыбными консервами	250	250
Бефстроганов	80	100
Картофельное пюре	150	180
Чай с сахаром	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной	30	30
Итого	790	840

2 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Овощи свежие (или соленые) в нарезке	60	60
Суп вермишелевый	250/10	250/10
Тефтели (мясные)	80	100
Рис припущенный	150	180
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной	30	30
Итого	800	850
Вторник		
Салат зеленый с огурцом с р/м	60	60
Рассольник по-ленинградски	250	250
Рыба тушеная	200	250
Овощное рагу	150	180
Сок фруктовый	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной	30	30
Итого	760	810
Среда		
Салат витаминный с р/м	60	60
Суп гороховый	250	250
Котлеты (мясо или птица)	80	100
Макаронные изделия	150	180
Какао на молоке	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной	30	30
Итого	790	840
Четверг		
Помидор свежий (или соленый) в нарезке	60	60
Борщ со сметаной	250/10	250/10
Макаронные изделия отварные	200	250
Сосиски отварные	100	100
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной	30	30
Итого	870	920
Пятница		
Салат из моркови с яблоками с р/м	60	60
Суп рыбный	250	250
Котлета рубленая (мясо или птица), запеченная с соусом молочным	100	120
Каша гречневая рассыпчатая	150	180
Кофейный напиток на молоке	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб ржаной	30	30
Итого	810	860