**Примерное меню (проект) завтраков для обучающихся 1-4 классов МКОУ «Ботлихская СОШ№1 им.Ш.Г.Османова»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название блюда** | Выход(вес) порции  (мл. или гр.) |
| **1 неделя** |  |
| **Понедельник** |  |
| Суп молочный | 250 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| **итого** | **525** |
| **Вторник** |  |
| Каша пшеничная | 200 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| Фрукты | 100 |
| **итого** | **575** |
|  |  |
| **Среда** |  |
| Тефтели | 80 |
| Пюре картофельное | 150 |
| Овощи в нарезке | 60 |
| Сок из сухофруктов | 200 |
| Хлеб | 50 |
| **итого** | **540** |
| **Четверг** |  |
| Макароны отварные | 200 |
| Салат овощной | 100 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| **итого** | **575** |
| **Пятница** |  |
| Каша перловая | 200 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| Фрукты | 100 |
| **итого** | **575** |
| **Суббота** |  |
| Хинкали с сыром | 200 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| **итого** | **475** |
| **2 неделя** |  |
|  |  |
| **Понедельник** |  |
| Каша пшенная | 200 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| Фрукты свежие | 100 |
| **итого** | **575** |
|  |  |
| **Вторник** |  |
| Макароны отварные | 200 |
| Консервированная кукуруза | 25 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| **итого** | **500** |
|  |  |
| **Среда** |  |
| Суп молочный | 250 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| Кекс | 25 |
| **итого** | **550** |
|  |  |
| **Четверг** |  |
| Тефтели | 80 |
| Гречка | 200 |
| Овощная нарезка | 60 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| **итого** | **615** |
|  |  |
| **Пятница** |  |
| Каша молочная рисовая | 200 |
| Консервированный горох | 25 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| **итого** | **500** |
| **Суббота** |  |
| Каша перловая | 200 |
| Чай | 200 |
| Хлеб | 50 |
| Масло сливочное | 10 |
| Сыр | 15 |
| йогурт | 120 |
| **итого** | **595** |