УТВЕРЖДАЮ

Руководитель филиала

МАОУ «ОЦ № 3 «Созвездие» г.Вольска

Саратовской области» в с. Кряжим.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Глебов В.С.

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ 5-9 классы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1 неделя завтрак** | **1 неделя обед** | **2 неделя завтрак** | **2 неделя обед** |
| **Понедельник**Каша манная молочная.Хлеб.Чай. | **Свекла отварная**Борщ на м.к.б.Рожки отварные с запеченной птицей. Компот с/ф.Хлеб. | **Понедельник**Каша манная молочнаяХлебЧай. | **Свекла кусочками**Суп гороховый м.к.б.Жаркое по-домашнемуКомпот с/ф.Хлеб. |
| **Вторник**Каша рисоваямолочнаяХлеб.Чай. | Суп картофельный с крупой /пшено/Картофель тушеный с луком. Котлета рыбная .Компот с/ф.Хлеб. | **Вторник**Каша рисовая молочнаяХлеб.Чай. | Суп овощнойм.к.б..Каша перловая рассыпчатая. Гуляш из отварной говядины.Компот с/ф. Хлеб. |
| **Среда**Каша гречневая молочная.Хлеб Чай. | Икра из кабачковСуп картофельный с мясными фрикадельками.Рагуовощное.Оладьи из печени. .Компот с/ф.Хлеб. | **Среда**Каша гречневая молочнаяХлеб.Чай. | Огурец консервированныйСуп картофельный с клецками.Ленивыеголубцы.Сок.Хлеб. |
| **Четверг**Суп с вермишелью молочныйЧай.Хлеб | Рассольник ленинградский на куринномбульоне.Плов из курицы.компот из с/ф.хлеб пшеничный | **Четверг**Суп с вермишелью молочный.Хлеб.Чай**.** | Борщм.к.б.Макаронные изделия отварные.Котлета мясная/говядина/.Компот с/ф.Хлеб. |
| **Пятница**Каша манная молочнаяЧай.Хлеб. | Икра кабачковаяЩи из свежей капусты со сметаной.Гречкарассыпчатая.Рыба тушеная с овощами.Компот.Хлеб. | **пятница**Каша манная молочная Хлеб.Чай. | Суп-лапша.Каша гречневая рассыпчатая с сл. маслом.Котлета рыбная.Компот с/ф.Хлеб. |