

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГУ «Александровской ош»

Т.М.Кошкимбаева

**Перспективное 10-дневное меню мини-центра при Александровской ош
на 2023-2024год.**

Дни недели	Наименование блюда	Выход блюд в грамм	Наименование блюда	Выход блюда
Понедельник	Завтрак		Завтрак	
	Каша манная мол	150/200	Каша пшеничная молочная	150/200
	Хлеб рж. с маслом	25/7,60/10	Хлеб с сыром	25/6,60/8
	Чай с молоком	150/180	Чай с молоком	150/180
	Яблоко	100/150	Яблоко	100/150
	Обед		Обед	
	Салат свекольный	40/60	Салат из моркови с яблоком	40/60
	Суп гороховый на м/к.б	150/200	Суп гречневый на м/к. б	150/200
	Картофель тушеный с мясом	150/200	Овощное рагу	150/200
	Компот из с/ф	150/180	Чай с сахаром	150/180
	Хлеб пш. белый	30/40	Хлеб пш. белый	30/40
	Полдник		Полдник	
	Пряник	25/30	Шарлотка с яблоком	60/70
	Кефир	150/200	Кисель ф /я	150/200
	Ужин		Ужин	
	Вареники с творогом	150/200	Омлет	60/80
Чай с сахаром	150/180	Компот из с/ф.	150/180	
Вторник	Завтрак		Завтрак	
	Каша пшеничная молочная	150/200	Каша ячневая молочная	150/200
	Хлеб рж. с сыром	25/6,60/8	Хлеб рж. с сыром	25/6,60/8
	Кофейный напиток	150/180	Кофейный напиток	150/180
	Яблоко	100/150	Яблоко	100/150
	Обед		Обед	
	Салат из витаминный (капуста, морковь, яблоко)	40/60	салат из свежей капусты на р/м.	40/60
	Суп гречневый на м/к.б	150/200	суп рыбный	150/200
	Плов с мясом	150/200	Плов с мясом	150/200
	Чай с сахаром	150/180	Компот из с/фр	150/180
	Хлеб пш. белый	30/40	Хлеб пш белый	30/40
	Полдник		Полдник	
	Пряник	60/70	Пряник	60/70
	Булочка	150/200	Кефир	150/200
	Кисель ф/я	150/200	Ужин	
	Ужин		Вареники с творогом	150/200
Омлет	60/80	Чай с сахаром	150/180	
Компот из с/фр.	150/200			
Хлеб пш.	30/40			