

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Волчковская основная общеобразовательная  
школа»**

**Утверждаю**  
Директор  
МОУ «Волчковская основная  
общеобразовательная школа»  
\_\_\_\_\_ /Борисова Е.М./

01.09.2023 г

***Перспективное***

***МЕНЮ***

***для учащихся 5-9 классов***

**(обед)**

№ п/п	№ техно-логической карты	Наименование блюда	Количество грамм
1 день		Салат из солёных огурцов Борщ с капустой и картофелем со сметаной Куриное филе, запечённое с соусом сметанно-томатным Макароны отварные Напиток витаминный Хлеб ржано-пшеничный	60 200 120 150 180 60
2 день		Салат из белокачанной капусты с морковью Суп вермишелевый с курицей Плов из курицы Напиток витаминный Хлеб	60 200 150/120 180 60
3 день		Салат из свёклы с солёным огурцом Суп картофельный с горохом на бульоне из птицы Котлета Рагу овощное Компот из свежих яблок Хлеб	60 200 90 150 180 60
4 день		Салат из отварной моркови с сыром Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной Рыба, запечённая с соусом сметанным Пюре картофельное Компот из сухофруктов Хлеб	60 200 120 150 180 60
5 день		Салат морковный Суп с клёцками на курином бульоне Биточек куриный с соусом томатным Каша гречневая рассыпчатая Напиток из шиповника Хлеб ржаной	60 200 120 150 180 30
6 день		Салат из солёных огурцов Борщ с капустой и картофелем со сметаной Куриное филе, запечённое с соусом сметанно-томатным Макароны отварные Напиток витаминный Хлеб ржаной	60 200 120 150 180 40

7 день	Салат из отварной моркови с сыром Суп вермишелевый с курицей Котлета с соусом сметанно-томатным Пюре картофельное Компот из свежих яблок Хлеб ржаной	60 200 120 150 180 30
8 день	Салат морковный Суп с клёцками на курином бульоне Биточек куриный с соусом томатным Каша гречневая рассыпчатая Напиток из шиповника Хлеб ржано-пшеничный	60 200 120 150 180 60
9 день	Салат из белокачанной капусты с морковью Щи из свежей капусты со сметаной Плов из курицы Напиток витаминный Хлеб ржано-пшеничный	60 200 150/120 180 60
10 день	Салат из свёклы с солёным огурцом Суп картофельный с горохом на бульоне из птицы Котлета Рагу овощное Компот из свежих яблок Хлеб ржано-пшеничный	60 200 90 150 180 60