

Утверждаю:  
Директор МАОУ "Бардымская  
СКОШИ"  
Т.А.Мавлютова



**МЕНЮ**  
**На 29.01.2026 (6 день)**

| №           | Наименование блюд          | Выход одного блюда в граммах |               |
|-------------|----------------------------|------------------------------|---------------|
|             |                            | Завтрак с 7-10 лет           | с 11 и старше |
| 1           | Каша из геркулеса          | 200                          | 200           |
| 2           | Бутерброд с сыром          | 40                           | 40            |
| 3           | Чай с молоком              | 180                          | 200           |
| 4           | Фрукты                     | 100                          | 110           |
| Обед        |                            |                              |               |
| 1           | Салат из моркови           | 60                           | 100           |
| 2           | Щи из свежей капусты       | 200                          | 250           |
| 3           | Птица тушеная в соусе      |                              |               |
| 4           | с овощами                  | 200                          | 200           |
| 5           | Компот из сухофруктов      | 200                          | 200           |
| 6           | Хлеб пшеничный             | 40                           | 50            |
| 7           | Хлеб ржаной                | 60                           | 100           |
| Полдник     |                            |                              |               |
| 1           | Сырники из творога         | 150                          | 200           |
| 2           | Сок                        | 180                          | 200           |
|             |                            |                              |               |
| 1           | Огурец порц.               | 60                           | 100           |
| 2           | Биточки паровые            | 90                           | 100           |
| 3           | Каша гречневая рассыпчатая | 150                          | 200           |
| 4           | Чай с лимоном              | 200                          | 200           |
| 5           | Хлеб пшеничный             | 80                           | 120           |
| 6           | Хлеб ржаной                | 30                           | 60            |
| Второй ужин |                            |                              |               |
| 1           | Йогурт                     | 180                          | 200           |
| 2           | Хлеб                       | 20                           |               |

Медсестра: