 Утверждаю

Директор МКОУ

«Могохская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.М.Магомедова

« » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г

Примерное 10-дневное меню

МКОУ «Могохская СОШ»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| дни | | завтрак | обед | | полдник |
| понедельник | 1 | Гречка на молоке  Сливочное масло  Хлеб  сметана | суп перловый с мясом говядины  салат Ассорти(фасоль,кукуруза,горошек)  хлеб | | яблоки  сок |
| вторник | 2 | Рис на молоке  Чай  Хлеб  Творог | Чечевичный суп с мясом (мясо кур.)  Хлеб | | конфеты  Сок  мандарины |
| среда | 3 | Вермишель на молоке  чай  хлеб  сметана | Суп фасолевый  Салат капустный  Хлеб | | йогурт |
| четверг | 4 | Гречка на молоке  хлеб | суп чечевичный с мясом  хлеб | | Яблоки  конфеты |
| пятница | 5 | чай  хлеб  сгущенка | Макароны на молоке с сыром  Салат «Зеленый горошек в банке»  хлеб | Бананы    йогурт | |
| суббота | 6 | яйца отварные  хлеб  чай  сливочное масло |  | Конфеты  яблоки  йогурт | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| дни | | завтрак | обед |  |
| понедельник | 7 | чай  Хлеб  Сосиски  сметана | Суп фасолевый  Салат капустный  хлеб | Груши  сок  печенье |
| вторник | 8 | Рис на молоке  чай  масло сливочное  хлеб | суп чечевичный  салат «Кукуруза в банке»  хлеб | конфеты  бананы |
| среда | 9 | сок  хлеб  сметана  творог | суп перловый  хлеб | Печенье  груши  сок |
| четверг | 10 | Гречка на молоке  хлеб  чай  масло сливочное | Суп фасолевый  салат морковный  хлеб | печенье  сок  бананы |