

**Меню горячих завтраков и обедов
для учащихся МБОУ "СОШ №2" г.Югорска
для возрастных групп 7-11 и 12-18 лет
2 вариант**

Понедельник

1 неделя

Завтрак

- Бутерброд с джемом или повидлом
- Омлет натуральный с маслом с поджариванием (кукуруза консервированная или зеленый горошек, или овощная смесь свежемороженая)
- Чай с сахаром
- Хлеб ржаной
- Фрукты по сезону



Обед

- Салат из консервированных огурцов с зеленым горошком
- Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками со сметаной
- Гуляш
- Пюре картофельное
- Сок в ассортименте
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



Вторник

1 неделя

Завтрак

- Овощи свежие или консервированные без уксуса (помидоры или огурцы)
- Биточки по-белорусски с маслом
- Макароны изделия отварные
- Кофейный напиток
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



Обед

- Салат "Полонинский"
- Суп кудрявый с курицей
- Жаркое по-домашнему
- Компот вишневый
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



Среда
1 неделя
Завтрак

- Овощи свежие(помидоры)
- Котлеты рубленые из птицы
- Пюре картофельное
- Чай с сахаром
- Фрукты по сезону Хлеб ржаной



Обед

- Салат из свежей капусты
- Рассольник ленинградский с мясом и сметаной
- Рыба запеченная с маслом
- Пюре картофельное
- Кисель из свежих ягод (вишня)
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



1 неделя
Четверг
Завтрак

- Бутерброд горячий с сыром
- Каша "Попурри" жидкая
- Какао с молоком сгущенным
- Хлеб ржаной
- Фрукты по сезону



Обед

- Салат из свежих помидоров
- Борщ с капустой картофелем с мясом со сметаной
- Курица запеченная
- Капуста тушеная
- Компот из кураги
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



1 неделя
Пятница
Завтрак

- Бутерброд с сыром
- Запеканка из творога со сгущенным молоком
- Чай с лимоном
- Фрукты по сезону
- Хлеб ржаной



Обед

- Овощи свежие (огурцы)
- Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной
- Бефстроганов
- Рис отварной
- Напиток из плодов шиповника
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



1 неделя

Суббота

Завтрак

- Овощи свежие или консервированные без уксуса (помидоры или огурцы)
- Плов из говядины
- Чай с сахаром
- Хлеб ржаной
- Хлеб пшеничный



Обед

- Салат из свеклы отварной с огурцами
- Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками
- Шницель из мяса с маслом
- Овощи тушеные в соусе
- Компот из сухофруктов
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



**Меню горячих завтраков и обедов
для учащихся МБОУ "СОШ №2" г.Югорска
для возрастных групп 7-11 и 12-18 лет
2 вариант**

**2 неделя
Понедельник**

Завтрак

- Бутерброд с джемом или повидлом
- Омлет натуральный с маслом с поджаривкой (кукуруза консервированная или зеленый горошек, или овощная смесь свежемороженая)
- Чай с сахаром
- Хлеб ржаной
- Фрукты по сезону



Обед

- Салат картофельный с консервированным зеленым горошком
- Суп картофельный с рыбными фрикадельками
- Плов из говядины
- Компот из свежемороженой смородины
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной
-



**2 неделя
Вторник**

Завтрак

- Овощи свежие или консервированные без уксуса (помидоры или огурцы)
- Плов из говядины
- Чай с сахаром
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



Обед

- Салат из свежих огурцов
- Суп гороховый с гренками и мясом
- Рыба тушеная в томате с овощами
- Картофель толченый по-деревенски
- Компот из свежемороженой вишни
- Хлеб пшеничный , хлеб ржаной



2 неделя
Среда
Завтрак

- Бутерброд с маслом
- Суфле творожное с молоком сгущенным
- Чай с лимоном
- Йогурт в ассортименте
- Хлеб ржаной



Обед

- Салат «Пестрый»
- Суп картофельный с клецками с курицей
- Котлеты по-хлыновски
- Каша гречневая вязкая
- Компот из свежих яблок с клюквой
- Хлеб пшеничный, хлеб ржаной



2 неделя
Четверг
Завтрак

- Овощи свежие или консервированные без уксуса (огурцы)
- Тефтели из мяса с соусом
- Каша гречневая вязкая
- Кофейный напиток
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



Обед

- Овощи свежие или консервированные (помидоры)
- Суп картофельный с рыбными консервами
- Жаркое по-домашнему
- Кисель из свежих ягод (смородина)
- Хлеб пшеничный, хлеб ржаной



2 неделя
Пятница
Завтрак

- Бутерброд с маслом и сыром
- Каша "Янтарная"(пшено с яблоками)
- Какао с молоком сгущенным
- Фрукты по сезону
- Хлеб пшеничный
- Хлеб ржаной



Обед

- Овощи свежие или консерв.(огурец)
- Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясными фрикадельками
- Печень по-строгановски
- Рис отварной
- Сок в ассортименте
- Хлеб пшеничный, хлеб ржаной



2 неделя
Суббота
Завтрак

- Бутерброд с джемом
- Макароны отварные
- Тефтели с мясом и соусом
- Какао с молоком
- Хлеб ржаной
- Хлеб пшеничный



Обед

- Винегрет овощной
- Рассольник домашний с мясом, со сметаной
- Биточки из мяса с маслом
- Мясо с овощами
- Компот из кураги
- Фрукты
- Хлеб пшеничный, хлеб ржаной

