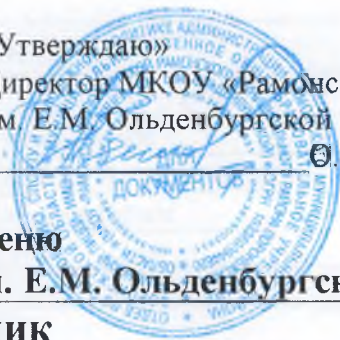


«Утверждаю»
 Директор МКОУ «Рамонский лицей»
 им. Е.М. Ольденбургской
 О.С. Плотникова



10 дневное меню
в МКОУ «Рамонский лицей» им. Е.М. Ольденбургской

Понедельник					
<i>Завтрак</i>			<i>Обед</i>		
1	Макаронны с сыром	180/10	1	Суп рисовый с курицей	250/10
2	Батон	40	2	Жаркое по домашнему с говядиной	250
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4	3	Кисель	200
			4	Хлеб	60
Молоко					
Вторник					
<i>Завтрак</i>			<i>Обед</i>		
1	Каша рисовая молочная, масл. сл.	200/10	1	Суп гречневый с курицей	250/10
2	Батон с маслом	40/10	2	Макаронны с сосиской	180/60
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4	3	Чай с сахаром	200/15
			4	Хлеб	60
Сок					
Среда					
<i>Завтрак</i>			<i>Обед</i>		
1	Запеканка с джемом	90/20	1	Свекольник со сметаной	250/10
2	Какао	200	2	Пшено с куриной котлетой	180/60
			3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4
			4	Хлеб	60
Молоко					
Четверг					
<i>Завтрак</i>			<i>Обед</i>		
1	Батон с сыром	40/20	1	Суп вермишелевый с курицей	250/10
2	Каша геркулесовая молочная со слив.маслом	200/10	2	Гречка с рыбой притушенная с овощами	180/90
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4	3	Компот из свежих яблок	200
			4	Хлеб	60
Сок					
Пятница					
<i>Завтрак</i>			<i>Обед</i>		
1	Яйцо отварное	1 шт	1	Щи с курицей, сметаной	250/10/10
2	Колбаса отварная	60	2	Гуляш с рисом	60/180
3	Ряженка	125	3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4
4	Печенье	50	4	Хлеб	60
5	Батон	40			
Молоко					

Понедельник					
Завтрак			Обед		
1	Зеленый горошек	100	1	Суп рыбный	250/30
2	Яйцо отварное	1 шт	2	Плов из мяса говядины	220
3	Батон с маслом	40/10	3	Чай с сахаром	200/15
4	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4	4	Хлеб	60
Молоко					
Вторник					
Завтрак			Обед		
1	Каша пшеничная молочная, масл. сл.	200/10	1	Рассольник с курицей	250/10/10
2	Батон	40	2	Гороховое пюре с сосиской	180/60
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4	3	Компот из сухофруктов	200
			4	Хлеб	60
Сок					
Среда					
Завтрак			Обед		
1	Запеканка с джемом	90/20	1	Щи с курицей, сметаной	250/10/10
2	Какао	200	2	Макароны с куриной голенью	180/90
3	Батон с сыром	40/20	3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4
			4	Хлеб	60
Молоко					
Четверг					
Завтрак			Обед		
1	Каша манная молочная со слив. маслом	180/10	1	Суп гороховый с курицей	250/10
2	Батон с маслом	40/10	2	Рыба со свеклой	100/90
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/4	3	Чай с сахаром	200/15
			4	Хлеб	60
Сок					
Пятница					
Завтрак			Обед		
1	Икра кабачковая	100	1	Суп вермишелевый куриный	250/10
2	Сосиска	60	2	Гречка с бефстроганов	180/60
3	Кефир	125	3	Кисель	200
4	Пряник	60	4	Хлеб	60
5	Батон	40			
Молоко					