**Примерное десятидневное меню завтраков**

 **для учащихся 1-4 классов филиала МБОУ СОШ № 1 г.Нижний Ломов имени Тархова С.Ф в с. Новая Пятина**

|  |  |
| --- | --- |
| **1 неделя** |  |
| Понедельник |  |
|  Каша рисовая с масломКакаоЯйцо вареное Булочка с маслом, сыром Апельсин | 200/102001 шт.50/10/15150 |
| Вторник |  |
| Каша гречневая молочнаяЧай с лимономБулочка с маслом , сыром Груша | 200200/350/10/15180 |
| Среда |  |
| Макаронные изделия с тертым сыромЧай с лимономБулочка с масломГруша | 150/30200/350/10180 |
| Четверг |  |
| Каша пшенная с маслом Чай фруктовый Булочка с маслом , сыромЙогуртКиви | 200/1020050/10/151/1001/110 |
| Пятница |  |
|  Рыба припущенная  Рис отварнойКофейный напиток ХлебКексЯблоко | 80150200301/50150 |
|  Суббота  |  |
| Суп молочный с макаронными изделиямиБулочка с маслом, сыром Чай с лимоном Йогурт Мандарин | 20050/10/153/2001/1001/100 |
| Понедельник |  |
| Каша манная с масломБулочка с сыромКакаоКиви | 200/1050/152001/100 |
|  Вторник |  |
| Сырники творожные, с соусом молочнымКакао с молокомБулочка с масломЯблоко | 200/1520050/10150 |
|  Среда |  |
| Омлет натуральныйКисельБулочка с маслом, сыромГрушаЙогурт | 1/1401/20050/10/151/1501/100 |
| Четверг |  |
| Биточки ( мясо птицы)Макаронные изделия отварные Кофейный напитокБулочка с маслом, сыромБананКекс | 1/8015020050/10/151/1801/50 |