

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ НИЖНЕЛОМОВСКОГО РАЙОНА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №4 ГОРОДА НИЖНИЙ ЛОМОВ»  
(МБОУ «СШ №4 Г. НИЖНИЙ ЛОМОВ»)

ул. Крылова, д. 6, г. Нижний Ломов, 442151  
телефон 4-70-68, E-mail: nlomov4@list.ru  
ОГРН 1025800977674, ИНН 5827008319

Утверждаю  
Директор МБОУ «СШ №4  
г. Нижний Ломов»

С. В. Зиминая

«    »                                  2020г.

### Примерное меню завтраков для обучающихся 1 – 4 классов

| Название блюда                                 | Выход (вес) порции<br>(мл или гр) |
|--|-----------------------------------|
| <b>1 неделя</b>                                |                                   |
| <b>Понедельник</b>                             |                                   |
| Суп молочный с макаронными изделиями           | 200                               |
| Чай с сахаром                                  | 200                               |
| Сыр (Российский)                               | 15                                |
| Масло сливочное                                | 10                                |
| Хлеб пшеничный                                 | 30                                |
| Фрукты свежие                                  | 100                               |
| <b>Вторник</b>                                 |                                   |
| Омлет натуральный                              | 140                               |
| Морковь тертая с р/м                           | 60                                |
| Кофейный напиток                               | 200                               |
| Масло сливочное                                | 10                                |
| Сыр (Российский)                               | 15                                |
| Хлеб пшеничный                                 | 30                                |
| <b>Среда</b>                                   |                                   |
| Сырники творожно – морковные с молочным соусом | 200/15                            |
| Какао с молоком                                | 200                               |
| Хлеб пшеничный                                 | 30                                |
| Масло сливочное                                | 10                                |
| <b>Четверг</b>                                 |                                   |
| Каша рисовая, молочная                         | 200                               |
| Кисель из свежих ягод                          | 200                               |
| Йогурт порционный                              | 125                               |
| Хлеб пшеничный                                 | 30                                |
| Фрукты   | 100                               |
| <b>Пятница</b>                                 |                                   |
| Рыба припущенная                               | 80                                |
| Картофельное пюре                              | 150                               |
| Компот из сухофруктов                          | 200                               |
| Хлеб пшеничный                                 | 30                                |

| Суббота                      |     |
|------------------------------|-----|
| Макароны с тертым сыром      | 180 |
| Чай с сахаром                | 200 |
| Хлеб пшеничный               | 30  |
| Масло сливочное              | 10  |
| Фрукты                       | 100 |
| 2 неделя                     |     |
| Понедельник                  |     |
| Каша пшенная, молочная       | 200 |
| Чай с сахаром                | 200 |
| Масло сливочное              | 10  |
| Сыр (Российский)             | 15  |
| Хлеб пшеничный               | 30  |
| Фрукты                       | 100 |
| Вторник                      |     |
| Биточки мясные               | 80  |
| Макароны отварные            | 150 |
| Какао с молоком              | 200 |
| Масло сливочное              | 10  |
| Хлеб пшеничный               | 30  |
| Среда                        |     |
| Омлет натуральный            | 140 |
| Кофейный напиток             | 200 |
| Сыр                          | 15  |
| Хлеб пшеничный               | 30  |
| Фрукты                       | 100 |
| Четверг                      |     |
| Каша манная, молочная        | 200 |
| Чай с лимоном                | 200 |
| Сыр                          | 15  |
| Масло сливочное              | 10  |
| Хлеб пшеничный               | 30  |
| Фрукты                       | 100 |
| Пятница                      |     |
| Тефтели мясные               | 80  |
| Каша гречневая               | 150 |
| Овощи свежие                 | 60  |
| Сок фруктовый                | 200 |
| Хлеб пшеничный               | 30  |
| Суббота                      |     |
| Запеканка творожная с изюмом | 200 |
| Подлива фруктовая            | 15  |
| Кофейный напиток             | 200 |
| Масло сливочное              | 10  |
| Хлеб пшеничный               | 30  |