

Примерный двухнедельный вариант завтраков для мобилизованных 5-11 класс

| № рецептуры | Наименование | Масса порции в граммах |
|---------------------------------------|--|------------------------|
| | 1 неделя | |
| | 1 день | |
| 3/8/1/ | Бутерброд с сыром /Бутерброд с мясом/ Бутерброд с маслом | 100/100/100 |
| 384/390/469 | Каша молочная с маслом/Запеканка из творога с повидлом | 210/240 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| 338 | Фрукт | 250 |
| | 2 день | |
| 52/54/55/58/79/83/100/828 | Салат в ассортименте | 100 |
| 608/643/590 | Биточек мясной/Птица тушеная в соусе/Жаркое по-домашнему | 100/100/250 |
| 679/682 | Рис отварной с маслом/Макаронны отварные с маслом | 180/180 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб | 25 |
| 338 | Фрукт | 100 |
| | Кондитерское изделие | 50/60/75 |
| | 3 день | |
| 52/54/55/58/79/83/100/828 | Салат в ассортименте | 100 |
| 591/667/601 | Гуляш /Котлета рубленая из птицы/Плов | 100/100/250 |
| 708/679 | Капуста тушеная/Греча рассыпчатая | 180/180 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 /1008 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб | 25 |
| 338 | Фрукт | 250 |
| | 4 день | |
| 52/54/55/58/79/83/100/828 | Салат в ассортименте | 100 |
| 510/508 | Котлеты,биточки рыбные/Минтай запеченый в соусе | 100/100 |
| 694/682 | Пюре картофельное с маслом/Рис отварной с маслом | 180/180 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 /1008 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб | 25 |
| 338 | Фрукт | 100 |
| | Кондитерское изделие | 50/60/75 |
| | 5 день | |
| 52/54/55/58/79/83/100/828 | Салат в ассортименте | 100 |
| 582/667/590 | Печень по-строгановски/Котлета рубленая из птицы/Жаркое по-домашнему | 100/100/250 |
| 679/688 | Греча рассыпчатая /Макаронны отварные с маслом | 180/180 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 /1008 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб | 25 |
| 338 | Фрукт | 250 |

| | | |
|--|--|-------------|
| | 2 неделя | |
| | 1 день | |
| 3/8/1/ | Бутерброд с сыром /Бутерброд с мясом/ Бутерброд с маслом | 100/100/100 |
| 384/390/392 | Каша молочная с маслом/Запеканка рисовая с повидлом | 210/220 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 /1008 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб пшеничный | 25 |
| 338 | Фрукт | 250 |
| | 2 день | |
| 52/54/55/58/79/83/100/828 | Салат в ассортименте | 100 |
| 591/667/601 | Гуляш /Котлета рубленая из птицы/Плов | 100/100/250 |
| 708/688 | Макароны отварные с маслом/Капуста тушеная | 180/180 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 /1008 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб | 25 |
| 338 | Фрукт | 100 |
| | Кондитерское изделие | 50/60/75 |
| | 3 день | |
| 52/54/55/58/79/83/100/828 | Салат в ассортименте | 100 |
| 608/619/799/590 | Биточек мясной/Тефтели с соусом/Жаркое по-домашнему | 100/150/250 |
| 682/679/ | Рис отварной с маслом /Греча рассыпчатая с маслом | 180/180 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 /1008 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб | 25 |
| 338 | Фрукт | 250 |
| | 4 день | |
| 52/54/55/58/79/83/100/828 | Салат в ассортименте | 100 |
| 667/643/601 | Котлета рубленая из птицы/Птица тушеная в соусе/Плов | 100/100/250 |
| 708/716 | Макароны отварные с маслом/Рагу овощное | 180/180 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 /1008 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб | 25 |
| 338 | Фрукт | 100 |
| | Кондитерское изделие | 50/60/75 |
| | 5 день | |
| 52/54/55/58/79/83/100/828 | Салат в ассортименте | 100 |
| 510/508 | Котлеты,биточки рыбные/Минтай запеченый в соусе | 100/100 |
| 694/682 | Пюре картофельное с маслом/Рис отварной с маслом | 180/180 |
| 943/944/945/958/959/867/868/869 /1008 | Напиток в ассортименте | 200/ 207 |
| | Хлеб | 25 |
| 338 | Фрукт | 250 |

*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания/Авт.-сост: А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко; ООО «Издательство Арий», М., 2009г.

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017.