

УТВЕРЖДАЮ

Государственное учреждение "Отдел образования
по Целиноградскому району управления
образования Акмолинской области"
Искаков С.А. _____
" ____ " _____ 2024год

4-недельное перспективное меню для организации питания школьников в общеобразовательных
организациях (зима-весна)

I неделя			
Наименование блюд	Выход блюда, г		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
1-й день			
Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	150	200	200
Бутерброд с маслом и сыром	35	50	55
мед	5	5	5
чай с молоком и сахаром	200	200	200
яблоко	100	100	100
2 день			
салат из свеклы с изюмом	60	100	100
жаркое по-домашнему из птицы	200	200	250
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40
3-й день			
гуляш (говядина)	80	100	100
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	150	150
сузбеше\творог	50	50	50
Чай	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40
4-й день			
салат из белокочанной капусты, моркови	60	100	100
уха из горбуши	200\25	200\26	200\27
чай с лимоном и сахаром	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40
5-й день			
котлеты мясные (духовые)\соус красный основной	80\20	100\20	100\20
гарнир: рис отварной	100	150	150
компот из смеси сухофруктов	200	200	200
ватрушка с творогом	60	60	60
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

II неделя

1-й день

Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	150	200	200
Бутерброд с маслом и сыром	35	50	55
чай черный с сахаром	200\5	200\5	200\5
яблоко	100	100	100

2-й день

салат из моркови с сыром	60	100	100
жаркое по-домашнему курица	200	200	250
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

3-й день

Гарфтели мясные (духовые) соус красный томатный	80\20	100\20	100\20
гарнир: макароны\отварные с маслом сливочным	100	150	150
ватрушка с творогом	60	60	60
компот из смеси сухофруктов	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

4-й день

салат из белокочанной капусты	60	80	100
уха из горбуши	200	250	250
чай с лимоном и сахаром	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

5-й день

гуляш (говядина)	80	100	100
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	130	150
сок	200	200	200
сузбеше/творог	50	50	50
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

III неделя

1-й день

каша молочная пшеничная со сливочным маслом	150	200	250
Бутерброд с маслом и сыром	35	50	55
чай с молоком и сахаром	200	200	200
Яблоки	100	100	100

2-й день

салат из свеклы с изюмом	60	100	100
плов из птицы	200	200	250
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

3-й день

гуляш (говядина)	80	100	100
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	150	150
сузбеше\творог	50	50	50
Чай с сахаром	200	200	200
хлеб ржаной\пшеничный	20	35	40

4-й день

салат из белокочанной капусты, моркови	60	100	100
уха из горбуши	200	200	250
Мед	5	5	5
чай с лимоном и сахаром	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

5-й день

биточки мясные(духовые)\соус красный	80\20	100\20	100\21
гарнир: картофельное пюре \масло сливочное	100	150	150
компот из смеси сухофруктов	200	200	200
ватрушка с творогом	60	60	60
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

IV неделя

1-й день

Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	150	200	250
яблоко	100	100	100
Бутерброд с маслом и сыром	35	50	55
чай черный с сахаром	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

2-й день

салат из моркови с сыром	60	100	100
жаркое по-домашнему курица	200	200	200
Кисель плодово-ягодный	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

3-й день

тефтели мясные (духовые)\ соус красный основной	80/20	100/20	100/20
гарнир: макароны\отварные с маслом сливочным	100	150	150
булочка	60	60	60
компот из смеси сухофруктов	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

4-й день

салат из белокочанной капусты, свежих огурцов и помидоров.	60	80	100
уха из горбуши	200\35	250\35	250\35
Мед	5	5	5
чай с лимоном и сахаром	200	200	200
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40

5-й день

гуляш (говядина)	80	100	100
гарнир: гречневая рассыпчатая	100	150	150
сок	200	200	200
сузбеш\творог	100	100	100
хлеб ржаной-пшеничный	20	35	40