

Согласовано
директор КГУ «ОЦ №22»
М.Тохан

Утверждаю
ИП «Флюра»
Джетписова Л.Р.

4-х недельное перспективное меню (лето-осень)

I – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Гуляш (говядина)	75	75	100
Гарнир: гречневая рассыпчатая	100	130	150
Чай с молоком и сахаром	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
2 – день			
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	100
Жаркое по-домашнему из птицы	200	200	250
Кисель из плодов, ягод	200	200	200
Хлеб ржаной/пшен.	20	35	40
3 – день			
Тефтели мясные (духовые)/соус красный основной	60/20	90/20	120/20
Гарнир: макароны отварные со сливочным маслом	100	130	150
Сыр порциями	20	20	20
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржаной/пшен	20	35	40
4 – день			
Салат из моркови с сыром	60	100	100
Суп с фрикадельками из говядины	200/35	250/35	250/35
Масло сливочное	20	20	20
Яблоко	100	100	100
Мед	10	10	10
Чай черный с сахаром	200	200	200
Хлеб ржаной/пшен	20	35	40
5 – день			
Котлеты мясные (духовые)/соус красный основной	50/20	75/20	100/20
Гарнир: картофельное пюре/масло сливочное	100	130	150
Сок фруктовый	200	200	200
Ватрушка с творогом	60	80	80
Хлеб ржаной/пшен	20	35	40

Согласовано
директор КГУ «ОШ №22»
М.Тохан

Утверждаю
ИП «Флора»
Джетписова Л.Р.

4-х недельное перспективное меню (лето-осень)

II – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Плов (говядина)	200	200	250
Чай черный с сахаром	200	200	200
Яблоко	100	100	100
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
2 – день			
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	100
Рагу из птицы	200	200	250
Сыр порциями	20	20	20
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
3 – день			
Котлеты мясные(духовые)/соус красный основной	50/20	75/20	100/20
Гарнир: картофельное пюре/масло сливочное	100	130	150
Мед	10	10	10
Чай с лимоном и сахаром	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
4 – день			
Салат из белокачанной капусты	60	100	100
Уха из горбуши	200	250	250
Масло сливочное	20	20	20
Кисель из плодов, ягод	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
5 – день			
Биточки мясные(духовые)/соус красный основной	50/20	75/20	100/20
Гарнир: макароны отварные со сливочным маслом	100	130	150
Сок фруктовый	200	200	200
Сузбеше/творог	100	100	100
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40

Согласовано
директор КГУ «ОШ №22»
М.Тохан

Утверждаю
ИП «Флюра»
Джетписова Л.Р.

4-х недельное перспективное меню (лето-осень)

III – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Гуляш (говядина)	75	75	100
Гарнир: гречневая рассыпчатая	100	130	150
Чай с лимоном и сахаром	200	200	200
Яблоко	100	100	100
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
2 – день			
Салат из моркови с сыром	60	100	100
Рагу из птицы	200	200	250
Кисель из плодов, ягод	200	200	200
Ватрушка с творогом	60	80	80
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
3 – день			
Котлеты мясные(духовые)/соус красный основной	50/20	75/20	100/20
Гарнир: картофельное пюре/масло сливочное	100	130	150
Сок фруктовый	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
4 – день			
Салат из свеклы	60	100	100
Уха из горбуши	200	200	250
Масло сливочное	20	20	20
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
5 – день			
Тефтели мясные(духовые)/соус красный основной	60/20	90/20	120/20
Гарнир: макароны отварные со сливочным маслом	100	130	150
Чай черный с сахаром	200	200	200
Сыр порциями	20	20	20
Мед	10	10	10
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40

Согласовано
директор КГУ «ОШ №22»
М.Тохан

Утверждаю
ИП «Флюора»
Джетписова Л.Р.

4-х недельное перспективное меню (лето-осень)

IV – неделя

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Плов (говядина)	150	200	250
Яблоко	100	100	100
Мед	10	10	10
Чай черный с сахаром	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
2 – день			
Салат из белокачанной капусты	60	100	100
Котлеты мясные(духовые)/соус красный основной	50/20	75/20	100/20
Гарнир: макароны отварные со сливочным маслом	100	130	150
Сок фруктовый	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
3 – день			
Жаркое по-домашнему (говядина)	150	200	250
Кисель из яблок	200	200	200
Сыр порциями	20	20	20
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
4 – день			
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	100
Суп с фрикадельками из говядины	200/35	250/35	250/35
Масло сливочное	20	20	20
Компот из сухофруктов	200	200	200
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40
5 – день			
Биточки мясные(духовые)/соус красный	50/20	75/20	100/20
Гарнир: картофельное пюре со сливочным маслом	100	130	150
Чай с лимоном и сахаром	200	200	200
Сузбеше/творог	100	100	100
Хлеб ржаной/пшеничный	20	35	40