



**МЕНЮ – «двухнедельное»  
 для организации питания учащихся  
 КГУ «Общеобразовательная школа села Родина»  
 на 2023-2024 учебный год**

№	Наименование блюд	Выход блюда, гр.			Ккал		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>Первая неделя</b>							
<b>1-й день</b>							
1	Мясной суп с домашней лапшой	200/25	230/25	230/25	83/63	95/63	103/63
2	Рагу овощное с тушеной говядиной	150	180	200	265	319	355
3	Молоко	200	200	200	120	120	120
4	Чай с лимоном	200	200	200	61	61	61
5	Фрукты (яблоко, груша)	60	60	60	35	35	35
6	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	30	100	120
<b>2-й день</b>							
1	Мясной суп гороховый	200/25	230/25	230/25	60/63	69/63	75/63
2	Гречка с тушеным мясом	150	180	200	211	255	285
3	Салат или овощная нарезка	50	50	50	53	63	63
4	Компот	200	200	200	113	113	113
5	Булочка	50	50	50	144	144	144
6	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120
7	Мед	20	20	20	33	33	33
<b>3-й день</b>							
1	Мясной суп с гречневой крупой	200/25	230/25	230/25	68/63	78/63	85/63
2	Тефтели	85	85	85	267	267	267
3	Соус томатный	50	50	50	35	35	35
4	Гарнир: картофельное пюре	100	130	130	174	226	261
5	Кофейный напиток	200	200	200	110	110	110
6	Фрукты	60	60	60	76	76	76
7	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120
<b>4-й день</b>							
1	Борщ с мясом	200/25	230/25	230/25	60/63	69/63	75/63
2	Котлета рыбная	80	80	80	219	219	219
3	Гарнир: рис отварной с маслом	100	130	130	107	113	126
4	Соус томатный	50	50	50	35	35	35
5	Чай	200	200	200	110	110	110
6	Творог со сметаной, ванилью и курагой	50	50	50	117	117	117
7	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120
<b>5-й день</b>							
1	Мясной суп с пшённой крупой	200/25	230/25	230/25	68/63	78/63	85/63
2	Гуляш (говядина) с соусом	60	80	100	112	149	187
3	Гарнир: макароны отварные	100	130	130	336	436	504
4	Салат или овощная нарезка	50	50	50	53	63	63
5	Сок натуральный	200	200	200	92	92	92
6	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120

№	Наименование блюд	Выход блюда, гр.			Ккал		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>Вторая неделя</b>							
1-й день							
1	Мясной суп с перловой крупой (рассольник)	200/25	230/25	230/25	136/63	156/63	170/63
2	Котлета мясная	85	85	85	222	222	222
3	Соус томатный	50	50	50	35	35	35
4	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	130	148	192	222
5	Молоко	200	200	200	120	120	120
6	Чай с лимоном	200	200	200	61	61	61
7	Фрукты	60	60	60	35	35	35
8	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120
2-й день							
1	Мясной суп из чечевицы	200/25	230/25	230/25	113/63	129/63	141/63
2	Плов	150	180	200	321	385	428
3	Компот	200	200	200	98	98	98
4	Булочка	50	50	50	144	144	144
5	Мед	20	20	20	33	33	33
6	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120
7	Овощная нарезка или салат	50	50	50	50	60	60
3-й день							
1	Мясной суп с рисовой крупой	200/25	230/25	230/25	89/63	102/63	111/63
2	Гуляш (говядина) с соусом	60	80	100	112	149	187
3	Гарнир: макароны отварные	100	130	130	336	436	504
4	Кофейный напиток	200	200	200	110	110	110
5	Творог со сметаной, ванилью и курагой	50	50	50	117	117	117
6	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120
4-й день							
1	Мясное щи из свежей капусты	200/25	230/25	230/25	75/63	85/63	93/63
2	Сосиска	60	60	60	219	219	219
3	Соус томатный	50	50	50	35	35	35
4	Гарнир: гороховое пюре	100	130	130	174	226	261
5	Кисель	200	200	200	116	116	116
6	Чай	200	200	200	120	120	120
7	Фрукты	60	60	60	76	76	76
8	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120
5-й день							
1	Мясной суп с вермишелью	200/25	230/25	230/25	89/63	102/63	111/63
2	Жаркое по-домашнему	150	180	200	178	214	238
3	Салат	50	50	50	75	90	90
4	Сок натуральный	200	200	200	92	92	92
5	Хлеб ржаной, пшеничный	30	50	60	60	100	120

Составлено:

Старший повар

КГУ «Общеобразовательная школа с.Родина»:



Г.Примаченко

Исп.

Главный экономист

ТОО Агрофирма «Родина»:



М.Жилкыбаев