

«УТВЕРЖДАЮ»

08.09. 2024 год

Руководитель СШ № 7

Вас Д.К. Оспанова



ИП «ЗАБОТА»

Amrina Амрина Г.К.

МЕНЮ

(1-я неделя) для детей 6-11 лет

| | Понедельник | Выход |
|---|---|--------------|
| 1 | Каша молочная рисовая с маслом сливочным | 200/10 |
| 2 | Чай с сахаром | 200 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Булочка с сыром | 60 |
| 5 | Яблоко | 100 |
| | Вторник | Выход |
| 1 | Жаркое с курицей | 150/50 |
| 2 | Напиток из сухофруктов витаминизированный | 200 |
| 3 | Нарезка из овощей | 60 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| | Среда | Выход |
| 1 | Шницель с соусом | 60/200 |
| 2 | Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Фрукты | 100 |
| 5 | Гарнир гречка рассыпчатая | 150 |
| | Четверг | Выход |
| 1 | Биточек рыбный, соус красный основной | 50/50 |
| 2 | Пюре картофельное | 150 |
| 3 | Чай с лимоном | 200 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 5 | Ватрушка с творогом | 60 |
| | Пятница | Выход |
| 1 | Котлета школьная с соусом | 60/20 |
| 2 | Макароны отварные | 150 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Кефир | 200 |
| 5 | Нарезка из овощей | 60 |

МЕНЮ
(2-я неделя) для детей 6-11 лет

| Понедельник | | Выход |
|--------------------|--|--------------|
| 1 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 200/10 |
| 2 | Какао с молоком | 200 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Хачапури с сыром | 60 |
| 5 | Фрукты | 100 |
| Вторник | | Выход |
| 1 | Котлета запеченная «Школьная» с соусом | 60/20 |
| 2 | Рис припущенный | 150 |
| 3 | Напиток из сухофруктов витаминизированный | 200 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 5 | Нарезка из овощей | 60 |
| Среда | | Выход |
| 1 | Плов (курица) | 150 |
| 2 | Чай с сахаром | 200 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Ватрушка с творогом | 60 |
| 5 | Кефир | 200 |
| Четверг | | Выход |
| 1 | Биточек рыбный с маслом в сливочном соусе | 60/10/10 |
| 2 | Рагу овощное с фасолью | 150 |
| 3 | Чай с лимоном | 200 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 5 | Булочка с сахаром | 60 |
| Пятница | | Выход |
| 1 | Тефтели с соусом | 60/20 |
| 2 | Гарнир: макароны отварные | 150 |
| 3 | Яблоко | 60 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 5 | Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 |
| | | |

МЕНЮ

(3-я неделя) для детей 6-11 лет

| | Понедельник | Выход |
|---|---|--------------|
| 1 | Каша молочная ячневая с маслом сливочным | 200/10 |
| 2 | Чай с молоком, с сахаром | 200 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Фрукты | 100 |
| 5 | Булочка с сыром | 50/10 |
| | Вторник | Выход |
| 1 | Гуляш из курицы | 60/20 |
| 2 | Гарнир: гречка рассыпчатая | 150 |
| 3 | Напиток из сухофруктов витаминизированный | 200 |
| 4 | Салат из моркови и яблоко | 60 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| | Среда | Выход |
| 1 | Котлета (говядина), соус томатный | 60/20 |
| 2 | Макароны отварные | 150 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Кефир | 200 |
| 5 | Нарезка из овощей | 60 |
| | Четверг | Выход |
| 1 | Биточек рыбный, соус красный основной | 60/20 |
| 2 | Пюре картофельное | 150 |
| 3 | Чай с лимоном | 200 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 5 | Ватрушка с творогом | 60 |
| | Пятница | Выход |
| 1 | Куры запеченные с овощами | 80 |
| 2 | Кисель | 200 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Яблоко | 100 |
| 5 | Гарнир: пюре гороховое | 150 |

МЕНЮ

(4-я неделя) для детей 6-11 лет

| | Понедельник | Выход |
|---|--|--------------|
| 1 | Каша молочная пшеничная с маслом сливочным | 200/10 |
| 2 | Чай с сахаром | 200 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Яблоко свежее | 100 |
| 5 | Булочка с сыром | 50/10 |
| | Вторник | Выход |
| 1 | Гуляш из курицы | 60/20 |
| 2 | Гарнир гречка рассыпчатая | 150 |
| 3 | Кефир | 200 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 5 | Салат из моркови и яблоко | 60 |
| | Среда | Выход |
| 1 | Жаркое домашнее с говядиной | 150/50 |
| 2 | Чай с сахаром | 200 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Нарезка из овощей | 60 |
| | Четверг | Выход |
| 1 | Котлета «Рыбная», с маслом сливочным | 60/20 |
| 2 | Рис припущенный | 150 |
| 3 | Напиток из шиповника | 200 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 5 | Ватрушка с творогом | 60 |
| | Пятница | Выход |
| 1 | Тефтели тушеные в соусе | 60/20 |
| 2 | Макаронны отварные | 150 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 |
| 5 | Фрукты | 100 |