



**Перспективное сезонное (зима-весна) меню блюд для организации питания школьников в общеобразовательных организациях района Аккулы на 2023 год.**

163 специфика

I неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда,г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
<b>1 день 04.09</b>				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Куры	80	90	100
3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150
4	Сладкий чай	200	200	200
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Яблоко/сузбеше	100	100	100
<b>2 день 05.09</b>				
1	Гороховый суп	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Жаркое по домашнему	150/80	150/80	150/80
4	Кисель	200	200	200
5	Хлеб пшеничный			
<b>3 день 06.09</b>				
1	Суп харчо	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: макароны	100	130	150
4	Мед пчелиный	5	5	5
5	Молоко	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко	100	100	100
<b>4 день 07.09</b>				
1	Борщ	200/25	230/25	250/25
2	Салат свекольный с сыром	60	80	100
3	Тефтели	80	90	100
4	Гарнир: гречка	100	130	150
5	Кефир	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
<b>5 день 08.09</b>				
1	Рассольник	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушеное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: пшено	100	130	150
4	Компот	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40



II неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1 день 11.09				250/25
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	100
2	Плов куры	80	90	200
3	Сладкий чай	200	200	40
4	Хлеб пшеничный	20	35	
2 день 12.09				250/25
1	Суп из овощей	200/25	230/25	100
2	Салат из белокоч.капусты	60	80	95/5
3	Котлеты	75/5	85/5	150
4	Гарнир: картофельное пюре	100	130	40
5	Хлеб пшеничный	20	35	108
6	Компот/яблоко	106	107	
3 день 13.09				250/25
1	Суп с крупой	200/25	230/25	100
2	Салат из моркови с яблоками	60	80	100
3	Мясо тушенное	80	90	150
4	Гарнир : макароны	100	130	200
5	Кисель	200	200	40
6	Хлеб пшеничный	20	35	100
7	Яблоко	100	100	
4 день 14.09				250/25
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	100
2	Салат из свежих овощей	60	80	75/50
3	Минтай тушеный	75/50	75/50	150
4	Гарнир: рис	100	130	108
5	Кефир/мандарин	106	107	40
6	Хлеб пшеничный	20	35	
5 день 15.09				250/25
1	Суп гороховый	200/25	230/25	100
2	Мясо тушенное( говядина)	80	90	150
3	Гарнир: гречка	100	130	108
4	Молоко	106	107	100
5	Яблоко	100	100	40
6	Хлеб пшеничный	20	35	

III неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда,г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1 день 18.09				250/25
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	100
2	Куры	80	90	150
3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	200
4	Сладкий чай	200	200	40
5	Хлеб пшеничный	20	35	100
6	Яблоко	100	100	15
7	сузбеше	15	15	
2 день 19.09				250/25
1	Гороховый суп	200/25	230/25	100
2	Салат из свежих овощей	60	80	150/80
3	Жаркое по домашнему	150/80	150/80	200
4	Кисель	200	200	40
5	Хлеб пшеничный	20	35	



3 день. 20.09				
1	Суп харчо	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушенное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир : макароны	100	130	150
4	Мед пчелиный	5	5	5
5	Молоко	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7		106	107	108
4 день. 21.09				
1	Борщ	200/25	230/25	250/25
2	Салат свекольный с сыром	60	80	100
3	Тефтели	80	90	100
4	Гарнир: гречка	100	130	150
5	Кефир	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
5 день. 22.09				
1	Рассольник	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушенное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: пшено	100	130	150
4	Компот	106	107	108
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	мандарин	100	100	100

IV неделя

№ п/п	Наименование блюд	Выход блюда, г		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1 день. 25.09				
1	Суп вермишелевый	200/25	230/25	250/25
2	Плов кури	80	90	100
3	Сладкий чай	200	200	200
4	Хлеб пшеничный	20	35	40
2 день. 26.09				
1	Суп из овощей	200/25	230/25	250/25
2	Салат из белокоч.капусты	60	80	100
3	Котлеты	75/5	85/5	95/5
4	Гарнир: картофельное пюре	100	130	150
5	Хлеб пшеничный	20	35	40
6	Компот/яблоко	106/100	107/100	108/100
3 день. 27.09				
1	Суп с крупой	200/25	230/25	250/25
2	Салат из моркови с яблоками	60	80	100
3	Мясо тушенное	80	90	100
4	Гарнир: макароны	100	130	150
5	Кисель	200	200	200
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
7	Яблоко/мандарин	100	100	100
4 день. 28.09				
1	Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25
2	Салат из свежих овощей	60	80	100
3	Минтай тушенный	75/50	75/50	75/50
4	Гарнир: рис	100	130	150
5	Кефир	106	107	108
6	Хлеб пшеничный	20	35	40
5 день. 29.09				
1	Суп гороховый	200/25	230/25	250/25
2	Мясо тушенное( говядина)	80	90	100
3	Гарнир: гречка	100	130	150
4	Молоко	106	107	108
5	Яблоко	100	100	100
6	Хлеб пшеничный	20	35	40